

**KONSEP KEIMANAN DALAM SURAT AL-HUJURAT AYAT 14-15 DAN
IMPLEMENTASINYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL**



Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Mendapatkan Gelar Sarjana SI dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi**

Oleh :

Hany Paturrochmah

NPM: 1441040067

Jurusan: Bimbingan Dan Konseling Islam

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKSI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1439 H / 2018 M**

ABSTRAK

Konsep Keimanan Dalam Surat Al-Hujurat Ayat 14-15 dan Implementasinya Terhadap Kesehatan Mental

Oleh :

Hany Paturrochmah

Keimanan menurut bahasa adalah *tashdiiq* (mempercayai), sedangkan menurut istilah adalah mempercayai Rasulullah dan berita yang dibawanya dari Allah. suatu keyakinan yang dibenarkan dalam hati, diikrarkan dengan lisan, dan dibuktikan dengan amal perbuatan yang didasari niat yang tulus dan ikhlas dan selalu mengikuti petunjuk Allah S.W.T. serta Sunah Nabi Muhammad s.a.w.

Kesehatan Mental alih bahasa dari *Mental Higiene* atau *Mental Health*. Kesehatan Mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.

Penelitian ini dilatar belakangi karena, Islam menjadi prinsip pokok yang menjadi sumbu kehidupan manusia adalah iman, karena iman itu yang menjadi pengendali sikap, ucapan, tindakan, dan perbuatan. Tanpa kendali tersebut, akan mudahlah orang terdorong melakukan hal-hal yang merugikan dirinya atau orang lain dan menimbulkan penyesalan dan kecemasan, yang akan menyebabkan terganggunya kesehatan mentanya.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, Bagaimana konsep keimanan dalam al-Qur'an surat al-Hujurat ayat 14-15 dan Bagaimana implementasi konsep keimanan terhadap kesehatan mental secara optimal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep keimanan dalam al-Qur'an surat al-Hujurat ayat 14-15 dan untuk mengetahui implementasi konsep keimanan terhadap kesehatan mental.

Penelitian ini merupakan kajian pustaka (*Library Researc*), dengan objek penelitian adalah buku-buku secara langsung berkaitan dengan objek material penelitian. Penelitian ini bersifat deskriptif analisis yaitu menuturkan, menggambarkan, dan mengklasifikasi secara objektif data yang dikaji sekaligus menginterpretasikan dan menganalisis data.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa konsep keimanan dalam surat al-Hujurat ayat 14-15 dan implementasinya terhadap kesehatan mental adalah, Seorang yang benar beriman memiliki tiga landasan pokok yaitu, Aqidah sebagai kekuatan dalam beribadah dan beramal shaleh, Syariah guna menata hidupnya dengan baik, dan Akhlak sebagai tolak ukur manusia sebagai kiprah dalam memberikan layanan pengabdian.

Kata kunci: Keimanan , Kesehatan Mental



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat: Jl. Letkol. Hendro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung. Tlp (0721) 703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : KONSEP KEIMANAN DALAM SURAT AL-HUJURAT
AYAT 14-15 DAN IMPLEMENTASINYA TERHADAP
KESEHATAN MENTAL**

**Nama : Hany Paturrochmah
Npm : 1441040067
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang munaqosyah Fakultas
Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

**Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA
NIP. 197110052005012003**

**Mulyadi, S.Ag, M.Sos.I
NIP. 19743261999031002**

**Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam**

**Dr. Hj. Rini Setiawati, M. Sos. I
NIP. 19720921199803200**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat: Jl. Letkol. Hendro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung. Tlp (0721) 703260

PENGESAHAN

**Skripsi dengan judul : KONSEP KEIMANAN DALAM SURAT AL-HUJURAT
AYAT 14-15 DAN IMPLEMENTASINYA TERHADAP KESEHATAN
MENTAL, disusun oleh : HANY PATURROCHMAH, NPM : 1441040067,
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam, Telah di Ujikan dalam sidang
Munaqosyah di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi pada Hari/Tanggal:
Kamis/ 6 Desember 2018.**

TIM PENGUJI

Ketua : Mubasit, S.Ag, MM

(.....)

Sekretaris : Umi Aisyah, M.Pd

(.....)

Penguji I : Dr. Abdul Syukur, M.Ag

(.....)

Penguji II : Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA

(.....)

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si
NIP. 196104091990031002

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ١٣٩

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan jangan (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.

(QS. Al-Imran [3] : 139)



PERSEMBAHAN

Dengan Keridhoan hati dan rasa syukur kepada Allah SWT, Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak Mahfudz dan Ibu Subardiyah, dua insan tercintaku, yang selalu menyayangi, mendidik, dan membimbingku tanpa ada kata lelah dan putus asa. Penyemangat utamaku dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga Allah SWT. senantiasa melindungi dan memuliakan kalian, baik di dunia maupun di akhirat kelak.
2. Nenekku Siti Maryati dan Kakekku Mulyani, yang selalu memberikan motivasi dan mencurahkan kasih sayangnya dalam keberhasilan studiku.
3. Saudara-saudaraku yang menjadi penyemangat untuk mencapai cita-cita, kakak Pujiono yang selalu memberikan nasihat untuk meraih keberhasilanku, adikku Arda Rista Lestari, Tresya Komala Sari, dan Khastara Agha Al-Thariq yang selalu memberiku semangat, semoga Allah melimpahkan Rahmat-Nya.

RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir di Mesuji, Pada Tanggal 28 Juli 1995 anak kedua dari lima bersaudara, anak dari Pasangan Bapak Mahfudz dan Ibu Subardiyah.

Pendidikan penulis dimulai dari Taman Kanak-Kanak Dharma Wanita, Mesuji, selesai pada tahun 2002, Sekolah Dasar Negeri 01 Gedung Boga, Mesuji, selesai pada tahun 2008, Sekolah Menengah Pertama (SMP) 02 Way Serdang, Mesuji, selesai pada tahun 2011, Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) HMPTI Banjar Agung, Tulang Bawang, selesai pada tahun 2014. Selanjutnya pada tahun 2014, penulis melanjutkan pendidikan di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung.

Penulis juga aktif dalam organisasi Dakwah Cinta Buku (D'cb) di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, serta ikut dalam Forum Literasi Lampung (FLL) dan menjadi relawan literasi bersama teman-teman BKI dan lainnya pada tahun 2016 s/d sekarang.

Bandar Lampung,
Penulis

November 2018

Hany Paturrochmah
1441040067

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas berkat, nikmat dan karunia-Nya yang telah memberikan penjelasan serta penerangan kepada hambanya yang tidak terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Strata Satu (S1) dalam rangka menyelesaikan Skripsi guna mendapatkan gelar Sarjana yang penulis beri judul **“KONSEP KEIMANAN DALAM SURAT AL-HUJURAT AYAT 14-15 DAN IMPLEMENTASINYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL”** shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW beserta para keluarganya, Sahabat-sahabatnya, yang insya Allah mendapat syafaat di hari akhir, aamiin.

Dalam menyelesaikan Skripsi penulis menyadari banyak dukungan serta bantuan dari berbagai pihak, dengan demikian tanpa mengurangi rasa hormat maka penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Khomsharial Romli, M.Si selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA selaku pembimbing I yang telah memberikan pengarahan dan tak bosan-bosannya membimbing dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan karya ilmiah ini.
3. Bapak Mulyadi, S.Ag, M.Sos.I selaku pembimbing II yang ikhlas meluangkan waktunya dan memberikan masukan-masukan dalam penulisan karya ilmiah ini.
4. Ibunda Hj. Rini Setiawati, S. Ag. M. Sos. I sebagai Ketua jurusan BKI.
5. Bapak Mubasit M. Ag selaku Sekretaris jurusan BKI.

6. Ibu Umi Aisyah M. Pd yang ikut andil dalam kepengurusan dalam jurusan BKI.
7. Karyawan Perpustakaan Pusat dan Perpustakaan FDIK UIN Raden Intan Lampung dan seluruh pihak akademis yang telah melayani dalam hal administrasi dan lainnya.

Semoga amal kebaikan yang telah diberikan akan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Penulis menyadari serta jauh dari kesempurnaan, mengingat keterbatasan kemampuan penulis. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan skripsi ini kesepan. Hasil karya yang sederhana ini, semoga bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi siapa saja yang memerlukan.

Akhirnya hanya kepada Allah lah kita harapkan segala keridhaan-Nya atas segala pengorbanan dan pengabdian kita, serta ampunan-Nya atas segala kekurangan dan kesalahan.

Bandar Lampung, November 2018
Penulis

Hany Paturrochmah
1441040067

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Alasan Memilih Judul	4
C. Latar Belakang Masalah	4
D. Identifikasi Masalah	10
E. Rumusan Masalah	11
F. Tujuan dan Manfaat Penelitian	11
G. Tinjauan Pustaka	12
H. Metode Penelitian	14

BAB II KONSEP KEIMANAN DAN KESEHATAN MENTAL

A. Konsep Keimanan	
1. Pengertian Keimanan	16
2. Hikmah Keimanan	19
3. Indikator orang beriman	23
4. Fungsi Iman dalam Kesehatan Mental	25
B. Kesehatan mental	
1. Pengertian kesehatan mental	27
2. Kesehatan Mental Dalam Pandangan Al-Qur'an	29
3. Kesehatan Mental Dalam Pandngan Hadits	33
4. Indikator Kesehatan Mental	36
5. Dasar dan Tujuan Kesehatan Mental	39
6. Faktor Yang Mempengaruhi Keesehatan Mental	41
7. Strategi Mewujudkan Kesehatan Mental	49
8. Keterkaitan Keimanan dan Kesehatan Mental	50

BAB III KONSEP KEIMANAN DALAM SURAT AL-HUJURAT

AYAT 14-15

A. Makna Lafadz dan Terjemah Surat Al-Hujurat Ayat 14-15....	57
B. Munasabah Surat Al-Hujurat Ayat 14-15	58
C. Pandangan Mufassir terhadap Surat Al-Hujurat Ayat14-15....	69
D. Analisi Surat Al-Hujurat Ayat 14-15	81

BAB IV IMPLEMENTASI KONSEP KEIMANAN DALAM

SURAT AL-HUJURAT AYAT 14-15 TERHADAP

KESEHATAN MENTAL

A. Konsep Keimanan Dalam Karakteristik Kesehatan Mental	83
B. Implementasi Keimanan Dalam Mencapai Kesehatan Mental Yang Optimal	89

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	94
B. Saran	95

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalahan dalam memahami maksud judul skripsi ini, maka terlebih dahulu penulis akan memberikan penjelasan tentang istilah-istilah utama. Skripsi ini berjudul : **“Konsep Keimanan Dalam Surat Al-Hujurat Ayat 14-15 dan Implementasinya Terhadap Kesehatan Mental”** dengan penegasan sebagai berikut :

1. Pengertian Keimanan

Al-Iman berasal dari kata *amamu-yu'minu-imanun*, mukminun, artinya percaya. *Amina- ya'manu-aminan* berarti aman dan damai. *I'taman-ya'taminu-amanatan-aminun* berarti amanat atau titipan. Percaya adalah pengakuan atau keyakinan seseorang terhadap sesuatu. Ia mengakui dan meyakini suatu kebenaran secara benar, serta meyakini suatu kesalahan secara benar pula.¹

Iman adalah suatu keyakinan yang dibenarkan dalam hati, diikrarkan dengan lisan, dan dibuktikan dengan amal perbuatan yang didasari niat yang tulus dan ikhlas dan selalu mengikuti petunjuk Allah SWT. serta Sunah Nabi Muhammad SAW.²

¹Abdurrahman Madjrie, *Meluruskan Aqidah*, (Jakarta: Khairul Bayaan, 2003), h. 65.

²Rois Mahfud, *Al-Islam Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Erlangga, 2011), h. 12

Iman adalah percaya dan membenarkan bahwa tiada Tuhan yang wajib disembah kecuali Allah, bahwa Nabi Muhammad adalah utusan-Nya serta segala yang dibawahnya adalah dari Allah SWT.³

Dari beberapa pengertian keimanan dapat disimpulkan bahwa iman adalah pengakuan didalam hati percaya dengan sepenuhnya bahwa tiada Tuhan selain Allah yang wajib disembah dan Nabi Muhammad adalah utusannya. Membenarkan dengan hati segala keagungan dan kesempurnaan-Nya, kemudian diikrarkan dengan lisan dan dibuktikan dengan perbuatan secara nyata.

2. Kesehatan Mental

Kesehatan adalah Suatu kondisi yang dalam keadaan baik dari suatu organisme atau bagiannya, yang dicirikan oleh fungsi yang normal dan tidak adanya penyakit.⁴ WHO mendefinisikan kesehatan sebagai keadaan sehat utuh secara fisik, mental dan sosial, dan bukan hanya suatu keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan.⁵

Kesehatan mental adalah Terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin

³Amin Syukur, *Pengantar Studi Islam*, (Yogyakarta: Lembaga Studi Agama Pembangunan, 1996), h. 51.

⁴ Siswanto, *Kesehatan Mental*, (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2007), h. 14.

⁵ *Ibid*, h. 15.

dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta mencapai keharmonisan jiwa dalam hidup.⁶

Kesehatan Mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.⁷

Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan seseorang untuk mengembangkan potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga menyebabkan kebahagiaan diri sendiri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.⁸ Batasan sehat ini kemudian dikemukakan oleh WHO bahwa yang dimaksud sehat, tidak saja sehat menurut jasmani saja tetapi kondisi mental dan fisik tidak hanya bebas penyakit.⁹

Dari pengertian Kesehatan mental diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa kesehatan mental adalah suatu keadaan fisik seseorang secara baik dan sehat jasmani dan rohaninya, serta tidak adanya penyakit dalam dirinya, sehingga seseorang bisa mengembangkan segala potensi yang dimilikinya, dapat beradaptasi baik dengan dilingkungan tempat ia tinggal dan menyempurnakan

⁶ Siti Sundari, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), h.1.

⁷ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Toko Gunung Agung, 1995), h. 13.

⁸ Yusak Burhanuddin, *Kesehatan Mental*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 1999), h. 11.

⁹ Umar Fahmi, *Kesehatan Masyarakat Teori Dan Aplikasi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013), Cet. 1, h. 6.

kemampuannya secara fisik, spiritual, dan sosial guna mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat yang berlandaskan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT.

B. Alasan Memilih Judul

Dalam pembuatan skripsi ini tentunya mempunyai alasan. Adapun alasan penulis dalam mengajukan judul ini antara lain:

1. Iman mampu memberikan ketenangan jiwa seseorang agar bisa hidup selaras sesuai ketentuan Allah SWT. yang berlandaskan Al-Qur'an dan As-Sunnah.
2. Kesehatan mental dan keimanan dapat dikatakan memiliki hubungan yang erat, keduanya memiliki tujuan yang sama, yaitu menumbuhkan ketenangan hidup dan mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Orang yang sehat mental ialah orang yang dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan terteram.

C. Latar Belakang masalah

Allah SWT. telah memberikan tuntunan hidup bagi kita semua berupa agama Islam, sebagai pedoman yang sempurna, karena didalamnya terkandung hukum dan ketentuan-ketentuan yang berkaitan dengan dunia dan akhirat. Islam adalah agama kehidupan, oleh sebab itu Islam mengatur tata hidup manusia, baik dalam hubungan manusia dengan Tuhannya, manusia dengan manusia dan manusia dengan alam. Kita menyadari perlunya hubungan sesama hamba Allah dalam melaksanakan tugas-tugas hidup, lantaran kita tidak bisa melepaskan diri dari masyarakat, bahkan

saling membutuhkan satu sama lain. Hal ini kita sadari bahwa manusia mempunyai keterbatasan, meskipun Allah telah memberikan anugerah akal fikiran yang merupakan kelebihan manusia dibanding makhluk lainnya.¹⁰

Firman Allah dalam Al-Qur'an:

وَوَصَّىٰ بِهَا إِبْرَاهِيمَ بَنِيهِ وَيَعْقُوبُ يٰبَنِيَّ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَىٰ لَكُمُ الدِّينَ فَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُمْ مُسْلِمُونَ ١٣٢

Artinya:

Dan Ibrahim telah mewasiatkan ucapan itu kepada anak-anaknya, demikian pula Ya'qub. (Ibrahim berkata): "Hai anak-anakku! Sesungguhnya Allah telah memilih agama ini bagimu, maka janganlah kamu mati kecuali dalam memeluk agama Islam". (Q.S. al-Baqarah [2]: 132).

Islam selalu mengajarkan kepada manusia agar saling mencintai sesamanya, sebagaimana ia mencintai dirinya sendiri. Dengan demikian dapat tercipta penyesuaian diri dan hubungan sosial yang erat antar sesama muslim. Dalam hal ini penyesuaian diri dalam lingkungan sosial perlunya dukungan antara pengembangan dan pemanfaatan potensi akhlak dan praktik sehari-hari dalam bentuk tingkah laku yang baik, tata krama yang dapat diterima oleh masyarakat dan sesuai syari'at Islam, sebagaimana dicontohkan oleh Rasulullah SAW.¹¹

Keimanan dan perbuatan, atau dengan kata lain akidah dan syari'at. Keduanya itu antara satu dengan yang lain sambung-menyambung, hubung-menghubungi dan tidak dapat berpisah yang satu

¹⁰ Muhammad Al-Ghazali, *Akhlaq Seorang Muslim*, (Semarang: Wicaksana, 1995), h. 62.

¹¹ *Ibid*, h. 75.

dengan yang lainnya. Oleh karena adanya hubungan yang amat erat itu, maka amal perbuatan selalu disertakan penyebutannya dengan keimanan dalam sebagian besar ayat-ayat Al-Qur'an.¹²

Hawa nafsu dan syaitan adalah dua hal yang tidak bisa dilepaskan dari kehidupan manusia. Bahkan keduanya termasuk virus yang sangat berbahaya bagi keimanan manusia.¹³ Dalam kehidupan sehari-hari kita mendengar komentar orang terhadap orang yang gelisah, goncang emosi dan tidak stabil dalam hidupnya dengan ungkapan “tidak beriman”. Ungkapan seperti itu sering terdengar terutama dikalangan orang awam. Sedangkan dikalangan orang-orang terpelajar yang tidak mengindahkan agama, atau orang-orang sekuler, masalah iman tidak menjadi perhatian mereka, karena mereka lebih mempercayai ilmu pengetahuan dan hasil pemikiran manusia yang dengan bangga hati, mereka menanamkan diri sebagai orang-orang yang rasional.

Maka dalam Islam prinsip pokok yang menjadi sumbu kehidupan manusia adalah iman, karena iman itu yang menjadi pengendali sikap, ucapan, tindakan, dan perbuatan. Tanpa kendali tersebut, akan mudalah orang terdorong melakukan hal-hal yang merugikan dirinya atau orang

¹²Sayid Sabiq, *Aqidah Islam: Pola Hidup Manusia Beriman*, (Bandung: c.v Diponegoro, 1978), h. 15.

¹³Moh. Saifulloh Al Aziz, *Cahaya Penerang Hati*, (Surabaya: Terbit Terang, 2004), h. 134.

lain dan menimbulkan penyesalan dan kecemasan, yang akan menyebabkan terganggunya kesehatan jiwanya.¹⁴

Dalam hidup dan kehidupan manusia memerlukan adanya keyakinan dan kepercayaan yang benar. Sebab, hanya ada dua alternatif bagi kehidupan seseorang. Bila keyakinan dan kepercayaannya benar, maka ia akan mendapat keberuntungan. Tetapi, bila keyakinan dan kepercayaan seseorang tidak sesuai dengan kenyataan, maka ia akan menerima kerugian dan kehancuran sebagai suatu konsekuensinya.

Iman merupakan pembeda yang jelas dan terang, sehingga tidak ada lagi keraguan antara dua perkara yang bertentangan atau bertolak belakang. Nur atau iman mampu membuka tabir yang terselubung kegelapan. Sebelum adanya iman atau cahaya manusia terjebak dalam kegelapan, meraba-raba dalam mencari kebenaran jalan hidupnya. Hingga banyak melakukan kesalahan. Melalui iman jelaslah apa yang ia butuhkan dalam hidupnya, yaitu berpegang teguh pada kebenaran mutlak.

Hanya orang yang beriman yang memiliki cahaya sempurna pemberian Allah. Cahaya itu membimbingnya kejalan yang benar, sehingga ia mampu membedakan antara yang halal dan haram, mana harta sendiri dan mana harta umat. Sebaliknya, orang tanpa nur atau iman

¹⁴Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Gunung Agung, 1996), h. 10.

mudah terjerumus dalam kegelapan. Ia tidak dapat membedakan yang halal dan haram.¹⁵

Tidaklah mudah menjadi orang beriman yang ikhlas kepada Allah. Ia harus lulus beberapa tahapan ujian. Bila lulus, berarti ia benar-benar pilihan Allah. Ujian iman yang ditempuh seorang mukhlis ada tujuh tingkat. Kelas demi kelas secara berurutan harus diselesaikan dengan baik. Tujuh tingkat itu adalah: **Pertama**, Bagaimana perasaan orang beriman ketika menghadap Allah secara berjamaah, adakah perasaan senang dan bahagia ketika menghadap Allah, mana yang lebih menyenangkan atau lebih membahagiakan, ketika menghadap-Nya beramai-ramai bersama orang lain atau seorang diri. **Kedua**, Rela berkorban untuk Allah. **Ketiga**, Selalu teringat kepada Allah. **Empat**, Mengikuti semua keinginan Allah. **Lima**, Senantiasa ingin berdua ditempat yang sunyi. **Enam**, Mencintai orang-orang terdekat Allah. **Tujuh**, Senantiasa membaca surat-surat Allah.

Agama merupakan salah satu kehidupan psikis dan ruhani manusia yang perlu dipenuhi oleh setiap manusia yang merindukan ketentraman dan kebahagiaan. Kebutuhan psikis manusia akan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah tidak akan terpenuhi kecuali dengan agama. Tanpa agama jiwa manusia tidak dapat merasakan ketenangan dan kebahagiaan dalam hidupnya.¹⁶

¹⁵Abdurrahman Madjrie, *Op.Cit*, h. 67-70.

¹⁶ Moh. Sholeh, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005), h. 25.

Tanpa kepercayaan, manusia tidak mungkin hidup. Ia akan dihantui oleh keraguan yang mematikan. Misalnya, orang tidak yakin atau tidak percaya pada sesuatu maka ia akan diliputi keraguan, dan keraguan itu menyebabkan hidupnya tidak aman dan tidak tenang.¹⁷ Selain kehidupan materialistis masih ada kehidupan spiritualistis yaitu kehidupan kerohanian. Kebutuhan manusia selain kebutuhan biologis, sosial juga mempunyai kebutuhan metafisis. Kebutuhan terakhir ini terutama memberikan kebutuhan spiritual/kerohanian, yaitu kepercayaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, Sang Maha Ada, Sang Maha Kuasa.¹⁸

Dengan menyerahkan diri kepada-Nya dengan bersujud dengan caranya sendiri-sendiri dengan kepercayaan (agama) masing-masing niscaya akan mendapat ketentraman. Segala derita atau kesusahan diserahkan kepada keadilan-Nya. Bagi yang baru menderita dapat rela menerima kenyataan sebagaimana takdir-Nya. Dengan keyakinan dan kepercayaan dapat memperoleh keseimbangan mental.¹⁹ Jika mental sehat sudah dicapai maka individu memiliki integrasi, penyesuaian, dan identifikasi positif terhadap orang lain. Disini individu belajar menerima tanggungjawab, jadi mandiri, dan mencapai integrasi lebih tinggi.²⁰

Dengan demikian sudah sepantasnya kita menjaga kesehatan mental setiap individu agar terciptanya ketenangan, ketentraman dan

¹⁷Taufik Rahman, *Tauhid Ilmu Kalam*, (Bandung: Pustaka Setia, 2013), h. 29.

¹⁸ Muhammad Al-Ghazali, *Op.Cit*, h. 61.

¹⁹Siti Sundari, *Op.Cit*, h. 7.

²⁰ Andi Mappiare, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), h. 49.

kebahagiaan dalam menjalani hidup didunia dan diakhirat. Terlebih kepada generasi muda penerus bangsa yang menjadi tolak ukur kekuatan bangsa dikemudian hari yang dapat menjadikan pergerakan perubahan bangsa yang lebih baik lagi. Begitu juga dengan anak-anak calon penerus bangsa menjadi suatu keharusan untuk mendapatkan pendidikan berdasarkan prinsip-prinsip akhlak yang baik sehingga akan terbentuk dalam diri mereka mental yang sehat sejak kecil.

Berangkat dari problema tersebut maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih jauh mengenai Konsep Keimanan dalam surat al-Hujurat ayat 14-15 dan implementasinya terhadap kesehatan mental.

D. Identifikasi Masalah

Dalam penelitian ini topik inti yang menjadi objek penelitian adalah tentang konsep keimanan dalam surat Al-Hujurat Ayat14-15 dan implementasinya terhadap kesehatan mental.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana konsep keimanan dalam al-Qur'an surat al-Hujurat ayat 14-15?

2. Bagaimana implementasi konsep keimanan terhadap kesehatan mental secara optimal?

F. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui dan memahami konsep keimanan dalam al-Qur'an surat al-Hujurat ayat 14-15.
- b. Untuk mengetahui implementasi konsep keimanan terhadap kesehatan mental secara optimal.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritik

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling Islam dan dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya.

b. Manfaat Empirik

Dapat dijadikan informasi dan acuan bagi praktisi bimbingan dan konseling Islam dalam memberikan pelayanan Bimbingan dan Konseling Islam.

G. Tinjauan Pustaka

Terkait dengan judul ini, maka penulis akan sampaikan beberapa penelitian yang relevan dengan judul skripsi ini yang telah dilakukan oleh

peneliti-peneliti lain. Berikut peneliti paparkan beberapa hasil penelitian tersebut, antara lain:

Pertama, Skripsi yang berjudul konsep Iman menurut IBN TAIMIYYAH, UIN Syarif Hidayatullah, Karya Idrus Habsyi, jurusan Aqidah Filsafat, 2010, isi dari skripsi diatas menurut Ibn Taimiyyah ialah membenarkan dalam hati dan pengakuan dengan lisan. Menurut Ibn Taimiyyah seseorang tidak dapat dikatakan mukmin jika hanya membenarkan dalam hati tanpa ada amal perbuatan. Ibn Taimiyyah menyatakan bahwa orang meyakini dalam lisan bahwa dirinya beriman tetapi dia banyak melakukan hal yang dilarang oleh syari'at, maka hal tersebut tidak bisa dikata Iman.²¹

Kedua, Skripsi yang berjudul Konsep Iman dalam Al-Qur'an Syurah Al-baqarah ayat 177 dalam tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab dan relevansinya dengan tujuan pendidikan Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, karya Saprialman, jurusan Kependidikan Islam, 2015, isi dari skripsi diatas adalah Menurut tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab bahwa iman yang sebenarnya adalah sesuai dengan sikap, ucapan dan perbuatannya. Relevansinya konsep Iman dalam pendidikan Islam terdapat tiga hal penting yaitu : Dalam hal pemberdayaan akal, hati dan perbuatan. Tanda seseorang memiliki Iman yang benar jika dirinya mampu menyesuaikan antara sikap, ucapan dan perbuatan.²²

²¹Idrus Habsyi "Konsep Iman Menurut Ibn Taimiyyah". (Skripsi Sarjana Filsafat Islam Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatulloh, Jakarta, 2010).

²²Saprialman "Konsep Iman dalam Al-Qur'an Syurah Al-baqarah ayat 177 dalam tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab dan relevansinya dengan

Ketiga, skripsi yang berjudul Nilai-nilai Pendidikan Keimanan dalam kisah Ashhabul Kahfi (Telaah Q.S Al-Kahf Ayat: 9-26), STAIN Salatiga, karya Umi Khamida, jurusan Pendidikan Agama Islam, 2014, isi dari skripsi diatas adalah Nilai pendidikan yang terkandung dalam kisah Ashhabul Kahfi ialah pendidikan Ibadah, Akhlak dan Keimanan. Yang dimaksud dengan pendidikan Keimanan itu sendiri adalah keimanan adanya pertolongan Allah SWT, kasih sayang Allah, adanya bukti bahwa tidak semua yang berkuasa pasti menang.²³

Karya ilmiah tersebut memang sudah banyak menjelaskan tentang Keimanan menurut beberapa pandangan mufassir. Berdasarkan telaah pustaka diatas, maka peneliti terdahulu berbeda dengan penelitian yang peneliti susun saat ini. Beberapa hasil penelitian diatas mempunyai relevansi dengan penelitian yang sedang peneliti kaji, yaitu tentang keimanan, tetapi ada hal yang menjadi perbedaan yaitu objek kajiannya. Dalam penelitian ini peneliti fokus pada kajian konsep keimanan dalam surat Al-Hujurat ayat 14 sampai 15 dan implementasi terhadap kesehatan mental.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Dalam penulisan skripsi ini peneliti menggunakan penelitian pustaka (*library research*) yaitu sebuah penelitian yang dilakukan

tujuan pendidikan Islam”. (Skripsi Sarjana Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2015).

²³Umi Khamida “Nilai-nilai Pendidikan Keimanan dalam kisah Ashhabul Kahfi (Telaah Q.S Al-Kahf Ayat: 9-26)”. (Skripsi Sarjana Pendidikan Islam Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri, Salatiga, 2014).

dengan cara mencari dan membahas literatur atau buku-buku yang berkaitan dengan judul skripsi ini baik dari sumber primer maupun sekunder.²⁴

2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu:

- a. Sumber primer, yaitu buku-buku secara langsung berkaitan dengan objek material penelitian. Adapun sumber data primer dalam penyusunan penelitian ini adalah al-Qur'an surat al-Hujurat ayat 14-15.
- b. Sumber sekunder, yaitu seperti buku-buku dari karangan tokoh yang dapat membantu serta melengkapi penyusunan penelitian ini.²⁵

3. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, tujuannya adalah untuk mendapatkan data.

Penulis melakukan pengumpulan data dengan cara:

- a. *Library research* (riset kepustakaan), dimana data-data yang dipakai adalah data kepustakaan. Study kepustakaan artinya data-data yang digunakan untuk menganalisa data yang dikumpulkan dari kepustakaan, yakni dari hasil membaca buku-buku, majalah, naskah-naskah, atau dari dokumen-dokumen.

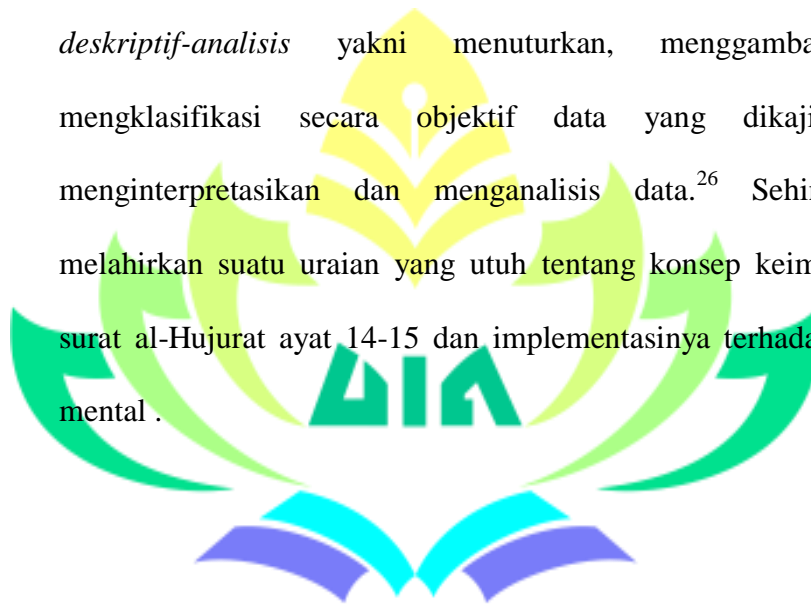
²⁴Mestika Zed. *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004), h. 89.

²⁵Marzuki, *Metodologi Riset*, (Yogyakarta: BPEF-VII, Cet-4, 1997), h.

- b. *Dokumentasi*, merupakan instrumen pengumpulan data yang sering digunakan dalam berbagai metode pengumpulan data. Penulis mendokumentasikan konsep keimanan dari buku-buku penunjang dalam penelitian ini.

4. Teknik Analisis Data

Dalam menganalisis data peneliti menggunakan metode *deskriptif-analisis* yakni menuturkan, menggambarkan, dan mengklasifikasi secara objektif data yang dikaji sekaligus menginterpretasikan dan menganalisis data.²⁶ Sehingga dapat melahirkan suatu uraian yang utuh tentang konsep keimanan dalam surat al-Hujurat ayat 14-15 dan implementasinya terhadap kesehatan mental .



²⁶Cholid Narbuko & Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2001), Cet. III, h. 44.

BAB II

KONSEP KEIMANAN DAN KESEHATAN MENTAL

A. Konsep Keimanan

1. Pengertian Keimanan

Iman menurut bahasa adalah *tashdiiq* (mempercayai), sedangkan menurut istilah adalah mempercayai Rasulullah dan berita yang dibawanya dari Allah. Ungkapan *Iman* adalah “perkataan dan perbuatan, dapat bertambah dan berkurang”. Yang dimaksud dengan “perkataan” adalah ucapan dua kalimat syahadat, yang dimaksud dengan “perbuatan” adalah mencakup perbuatan hati (keyakinan) dan perbuatan anggota badan (ibadah). Ulama terdahulu mengatakan bahwa iman adalah mempercayai dengan hati, diucapkan dengan lisan dan diamalkan dengan anggota badan.²⁷ Argumen yang mendukung bahwa iman adalah *tasdīq* ialah ayat Al-Qur’an yang berbunyi:

وَمَا أَنْتَ بِمُؤْمِنٍ لَّنَا وَلَوْ كُنَّا صَادِقِينَ ١٧

Artinya:

“Engkau tidak percaya (membenarkan perkataan) kami, walaupun kami sudah mengatakannya dengan benar.” (Q.S Yusuf [12]: 17).

Iman adalah masalah mendasar dalam Islam. Iman menjadi titik-tolak permulaan seseorang menjadi pemeluk Islam (Muslim). Seseorang yang menyatakan diri memeluk Islam harus mengikrarkan dua kalimat syahadat, mengakui Allah sebagai Tuhan dan Muhammad

²⁷ Salmiawati, “Pendidikan Keimanan Dan Ketaqwaan Bagi Anak-Anak”. *Jurnal Tarbiyah al Awlad*, Vol. 4 No.1, (April 2014), h. 377-388.

sebagai Rasul-Nya. Al-Quran menggambarkan, orang yang menyatakan beriman (mukmin) ibarat melakukan transaksi jual beli dengan Allah SWT. Orang tadi “membeli” surga dengan jiwa raganya, atau “menjual” jiwa, raga, dan hartanya pada Allah SWT dengan bayaran keridaan-Nya.

Mukmin yang benar-benar beriman adalah mereka yang siap menyerahkan segala yang ada padanya pada Allah SWT. Ia siap melaksanakan semua perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya. Ia pun siap melaksanakan atau menghadapi segala ujian dari-Nya, untuk menunjukkan kesungguhan keimanannya.²⁸

Di dalam Al-Qur'an banyak kita temukan ayat-ayat berbicara mengenai keimanan. Al-Qur'an menyebut kata “*iman*” dalam berbagai bentuk kata jadian tidak kurang dari 550 kali, seperti: *amanu*, *yu'minu*, *yu'minun*, *mu'min*, dan *mu'minūn*. Bahkan menurut Ali Audah, bahwa kata “*īmān*” dalam berbagai bentuknya ditemukan sebanyak 718 kali dalam al-Quran. Kadang-kadang penyebutan tersebut digunakan untuk menunjuk “ciri perilaku” atau sifat orang beriman, dan kadang-kadang menunjuk kepada “obyek” yang harus diimani. Penyebutan kata “*iman*” dalam al-Quran yang berulang-ulang ini dapat dipahami bahwa “*iman*” merupakan sesuatu yang sangat penting dalam kehidupan manusia, dan sekaligus merupakan

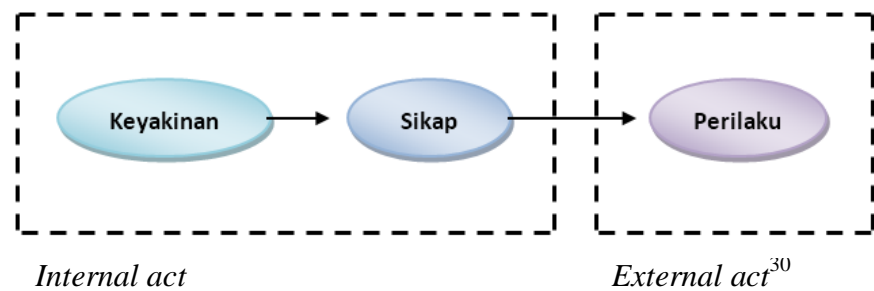
²⁸ M. Shoffa Saifillah Al-Faruq, “Keimanan Sebagai Landasan Pendidikan”. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 2 No. 1 (September 2016), h. 72.

kunci pokok dalam membentuk keislaman dan kepribadian seseorang.²⁹

Merujuk pada beberapa teori iman dalam Teologi Islam, sebagaimana dijelaskan di atas, dapat dirumuskan bahwa konsep keimanan mencakup dua dimensi pokok, yaitu dimensi batin dan dimensi lahir. Dimensi batiniah (*internal act*) adalah kondisi dan perbuatan batin atau kejiwaan yang melibatkan ranah kognisi, afeksi, dan konasi secara bersama-sama. Dimensi ini terdiri dari: a) dimensi keyakinan, yakni mempercayai atau meyakini dengan sepenuh hati doktrin dan ajaran agama Islam (*Din a-Islam*) yang meliputi keyakinan kepada: Allah, Malaikat, Rasul, Kitab Suci, *Qada' dan Qadar* Allah, serta Hari Akhir. b) dimensi sikap, yaitu sikap batin dalam menerima keadaan dan sekaligus adanya keinginan yang kuat di dalam hati untuk menjalani kehidupan sesuai dengan perintah dan aturan Allah SWT.

Dimensi lahir (*external act*) adalah perilaku atau tindakan anggota badan yang bersifat empirik, baik berupa perkataan lisan maupun perbuatan anggota badan lainnya. Perilaku lahiriah (*external act*) ini merupakan manifestasi dari kondisi dan perbuatan batin (*internal act*).

²⁹ Shadiq, "Pengukuran Keimanan: Perspekti Psikologi". *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 8 No. 1 (April 2014), h. 127-128.



2. Hikmah Keimanan

Keimanan kepada Allah SWT merupakan hubungan yang semulia-mulianya antara manusia dengan dzat yang maha menciptakannya. Sebabnya yang sedemikian ini adalah semulia-mulia makhluk Tuhan yang menetap diatas permukaan bumi, sedang semulia-mulia yang ada didalam tubuh manusia itu ialah hatinya dan semulia-mulia sifat yang ada didalam hati itu adalah keimanan.³¹

Seseorang dikatakan beriman apabila didalam hati orang tersebut telah tertanam kepercayaan dan keyakinan tentang sesuatu, dan sejak saat itu ia tidak khawatir lagi terhadap menyelusnya kepercayaan lain yang bertentangan dengan kepercayaannya.³² Iman yang sungguh-sungguh merupakan ikatan yang tidak dapat dipisahkan antara manusia dengan Allah SWT. Ikatan ini memberikan pengaruh utama untuk membersihkan jiwa, mempertinggi akhlak dan meningkatkan amal kebajikan. Untuk dapat mencapai semua itu, harus

³⁰ *Ibid*, 132.

³¹ Sayid Sabiq, *Aqidah Islam: Pola Hidup Manusia Beriman*, (Bandung: PT. Cv Diponegoro, 1978), h. 122-123.

³² Lathief Rousydiy, *Agama Dalam Kehidupan Manusia*, (Jakarta: Rimbaw, 1986), h. 171.

sudah tertanam dalam jiwa perasaan yang hidup, untuk menguatkan iman yang benar, mengokohkan dan menyuburkan dengan jalan mensucikan batin, mempertinggi akhlak, memperbanyak amal sholeh, serta memperlurus perjalanan.³³

Apabila aqidah sudah tertanam dalam diri seorang mu'min, maka akan tertanam dalam jiwanya rasa bahwa hanya Allah sajalah yang paling berkuasa. Seseorang yang bertauhid kuat, selalu tenang dan tidak goncang dalam menghadapi segala sesuatu, sebab didalam jiwanya hidup rasa persaudaraan, persamaan, dan kemanusiaan. Tauhid yang subur dan sehat, menghilangkan sifat-sifat dengki, dendam, cemburu, dan iri hati. Aqidah yang mantap dan hidup dengan subur mampu memikul tanggungjawab dan menanggulangi kesulitan maupun bahaya yang dihadapinya. Bahkan menjadi pendorong yang memberikan semangat hidup dalam pengabdian. Iman memberi kekuatan bagi pemiliknya untuk menempuh perjalanan hidup dalam beramal dan berbakti terhadap Allah, dan masyarakat luas.³⁴

Dalam sebuah riwayat yang shahih disebutkanlah sabda Rasulullah SAW demikian:

حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ بْنُ إِبْرَاهِيمَ وَمُحَمَّدُ بْنُ يَحْيَى بْنُ أَبِي عُمَرَ
وَمُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ جَمِيعًا عَنْ الثَّقَفِيِّ قَالَ ابْنُ أَبِي عُمَرَ حَدَّثَنَا عَبْدُ

³³ Muhammad Al-Ghazali, *Akhlaq Seorang Muslim*, (Semarang: Wicaksana, 1995), h. 327.

³⁴ Muhammad Al-Ghazali, *Op.Cit*, h. 195.

الْوَهَّابِ عَنْ أَيُّوبَ عَنْ أَبِي قِلَابَةَ عَنْ أَنَسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ ثَلَاثٌ مَنْ كُنَّ فِيهِ وَجَدَ بِهِنَّ حَلَاوَةَ الْإِيمَانِ مَنْ كَانَ اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِمَّا سِوَاهُمَا وَأَنْ يُحِبَّ الْمَرْءَ لَا يُحِبُّهُ إِلَّا لِلَّهِ وَأَنْ يَكْرَهُ أَنْ يَعُودَ فِي الْكُفْرِ بَعْدَ أَنْ أَنْقَذَهُ اللَّهُ مِنْهُ كَمَا يَكْرَهُ أَنْ يُقْذَفَ فِي النَّارِ ۖ

Ada tiga perkara yang barang siapa sudah memiliki ketiganya itu, maka ia akan dapat merasakan kelezatan ni'matnya keimanan, yaitu:

- Apabila Allah dan Rasulnya itu lebih dicintai olehnya dari pada yang selain keduanya itu.
- Apabila seseorang itu mencintai oranglain dan tidaklah mencintainya itu, melainkan karena Allah juga (mengharapkan keridlaan Tuhan).
- Apabila seseorang itu benci untuk kembali kepada kekafiran sebagaimana bencinya kalau dilemparkan kedalam api neraka. (Diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim No. 60).³⁵

Rasulullah SAW bersabda pula:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّىٰ أَكُونَ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ وَالِدِهِ وَوَلَدِهِ وَالنَّاسِ أَجْمَعِينَ

“Belum sempurnalah keimanan seseorang dari kamu semua sehingga saya lebih dicintai olehnya melebihi kecintaannya kepada orangtuanya, anaknya, juga dirinya sendiri yang ada diantara kedua lambungnya dan seluruh manusia”. (Diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim).³⁶

Sebagaimana keimanan itu dapat membentuk buah yang berupa kecintaan, maka ia harus pula dapat menimbulkan buah lain yang berupa perjuangan (jihad) dan berkorban untuk meninggikan

³⁵ Hussein Bahresi, *Al, Jami'us Shahih: Hadits Shahih Bukhari – Muslim*, (Surabaya: Karya Utama), h. 4.

³⁶ *Ibid*, h. 6.

kalimatullah yakni bahwa agama Allah harus diatas segala-galanya. Juga mengadakan pembelaan untuk mengibarkan setinggi-tingginya bendera kebenaran, berusaha segigih-gigihnya untuk menolak adanya penganiayaan, kezaliman dan kerusakan yang dibuat oleh manusia yang sewenang-wenang atas permukaan bumi ini.

Banyak sekali keimanan itu dirangkaikan penguraianya dengan persoalan jihad, karena memang jihad ini adalah jiwa keimanan dan itu pula yang merupakan kenyataan amaliahnya.

Allah SWT berfirman pula:

تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَتُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ ذَلِكَ خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ١١

Artinya:

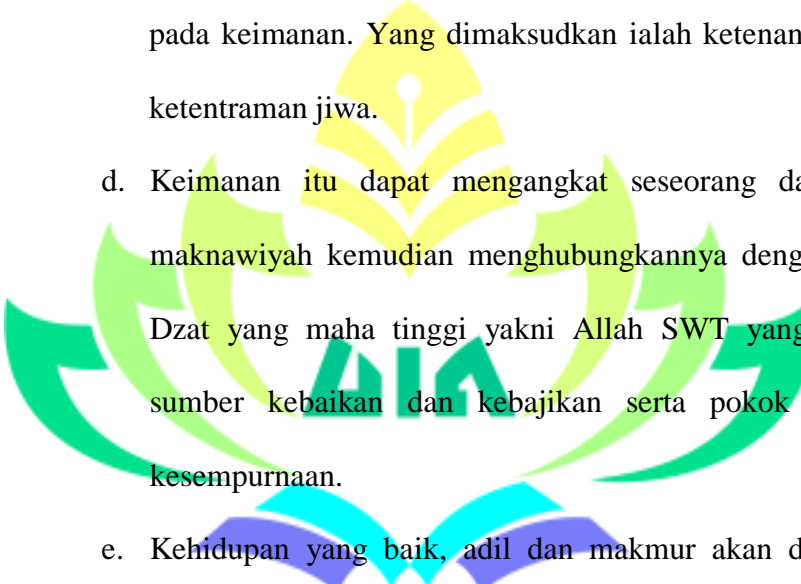
(yaitu) kamu beriman kepada Allah dan Rasul-Nya dan berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwamu. Itulah yang lebih baik bagimu, jika kamu mengetahui. (Q.S As-Shaff [61]: 11)

Perjuangan sebagaimana diatas itu sudah tampak nyata dikalangan kaum mukminin yang pilihan yakni mereka yang hidup dalam permulaan waktu perkembangan Islam yang jaya, sehingga patutlah bahwa mereka itu memperoleh pujian Allah SWT.³⁷

Maka akan diuraikan beberapa hikmah keimanan dibawah ini:

- a. Keimanan yang hakiki dapat menimbulkan jiwa keberanian yang ingin terus maju karena membela kebenaran.

³⁷ Sayid Sabiq, *Op.Cit*, h. 124.

- 
- b. Keimanan akan menimbulkan keyakinan yang sesungguhnya bahwa hanya Allah jualah yang maha kuasa memberikan rizki, juga bahwa rizki itu tidak dapat dicapai karena kebanyakan orang yang bersifat tamak dan tidak dapat ditolak oleh keengganannya orang yang tidak menyukainya.
 - c. Ketenangan atau thumakninah adalah salah satu bekas dari pada keimanan. Yang dimaksudkan ialah ketenangan hati dan ketentraman jiwa.
 - d. Keimanan itu dapat mengangkat seseorang dari kekuatan maknawiyah kemudian menghubungkannya dengan sifat dari Dzat yang maha tinggi yakni Allah SWT yang merupakan sumber kebaikan dan kebajikan serta pokok dari segala kesempurnaan.
 - e. Kehidupan yang baik, adil dan makmur akan dipercepatkan oleh Allah pelaksanaannya untuk seluruh kaum mukminin selagi mereka ada di dunia sebelum mereka menginjak alam akhirat nanti.³⁸

3. Indikator Orang Beriman

Sebagai orang yang beriman sepatutnya memiliki rasa kebanggaan yang timbul karena adanya tekad untuk berdiri sendiri, juga tidak boleh timbul karena adanya kesombongan yang mendorongnya, dan tidak boleh timbul karena adanya semangat

³⁸ *Ibid*, h. 138.

emosional yang meluap-luap saja, tetapi rasa kebanggaan dan ketinggian tersebut harus dibentuk diatas dasar kebenaran secara mantap sebagaimana yang terdapat dalam karakteristik keberadaan Islam, karna Islam itu berhubungan langsung dengan Allah, yang Maha Hidup, yang tidak akan pernah mati.³⁹

Iman merupakan pokok penting dalam hidup beragama. Tanpa iman hidup ini akan sia-sia. Orang yang beriman memiliki tanda atau cirinya tersendiri. Tidak semua orang Islam beriman tetapi semua orang yang beriman sudah pasti mereka Islam.⁴⁰

Beberapa tanda atau ciri orang beriman, sebagai berikut:

- a. Apabila disebut nama Allah bergetar hatinya. Ma'rifah kepada Allah S.W.T. aqidah yang kuat dan tauhid yang benar.
- b. Apabila dibacakan ayat-ayat Allah bertambah imannya.
- c. Tawakal dalam pengertian berserah diri setelah berdaya upaya secara maksimal (7T) Tenang, Tahan, Tabah, Tekun, Teliti, Tanggulasi dan Tawakal.
- d. Mendirikan shalat yang khushyuk, mengerjakan shalat dengan rohani dan jasmani.
- e. Menafkahkan sebagian harta yang dianugerahkan Allah kepada orang yang berhak menerimanya.

³⁹ Sayyid Quthub, *Petunjuk Jalan Yang Benar*, terjemahan Zakaria Adham (Bandung: Husaini, 1987), h. 177.

⁴⁰ Berimanblog.blogspot.co.id, (5 Maret 2018).

- f. Orang yang benar imannya apabila mendapat nikmat mereka bersyukur kepada Allah. tidak sombong dan tidak lupa daratan.
- g. Apabila mendapat musibah mereka bersabar dan tidak keluh kesah.⁴¹

4. Fungsi Iman dalam Kesehatan Mental

Apabila seseorang dikuasai oleh perasaan semata, sudah pasti banyak masalah yang akan terjadi, karena tindakan dan perbuatannya sukar untuk dipertanggungjawabkan dan sulit mengukur dan menilainya. Ukuran perasaan seseorang itu sangat mudah berubah dan dan banyak macam, menurut keadaan dan tempat.

Disinilah pentingnya fungsi keimanan dalam menciptakan rasa aman tenteram, yang ditanamkan sejak kecil. Seseorang yang keimanannya telah menguasainya, walau apapun yang terjadi tidak akan mengganggu atau mempengaruhinya. Ia yakin bahwa keimanan itu akan membawanya kepada ketenteraman dan kelegaan batin. Maka sesuatu yang diimani itu hendaknya selalu ada dan terpelihara baik. Apabila yang dipercayai itu pada suatu ketika hilang atau tidak menenteramkannya lagi, maka disini akan timbul kegoncangan perasaan yang kadang-kadang sampai menyebabkan terjadinya perselisihan dalam keluarga atau dalam masyarakat.⁴²

⁴¹ Mawardi Labay El-Shulthani, *Iman Pengaman Dunia*, (Jakarta: Al Mawardi Prima, 2000), h. 36-37.

⁴² Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Gunung Agung, 1996), h.

Objek keimanan yang tidak akan berubah manfaatnya dan tidak akan pernah hilang, adalah keimanan yang ditentukan oleh agama. Dalam agama Islam, terkenal enam macam pokok keimanan (*arkanul Iman*). Semuanya mempunyai fungsi yang menentukan dalam Kesehatan Mental seseorang. Kepercayaan tersebut ialah: iman kepada Allah SWT, iman kepada hari akhir, iman kepada malaikat, iman kepada kitab-kitab suci, iman kepada Nabi-nabi, dan iman kepada takdir takdir.⁴³

Agama memberikan kesadaran pada manusia akan hakekat hidup yang sesungguhnya, di samping merangsang manusia untuk lebih tahan terhadap segala duka nestapa. Agama juga memberikan fundasi yang kokoh bagi moralitas yang sehat, matang, efektif. Kepercayaan terhadap Allah SWT menyadarkan pula manusia akan hakekat relasinya dengan manusia lain. Sebab agama memerintahkan manusia untuk mencintai sesama hidup, menganggap setiap orang sebagai saudara sendiri, bersedia mengampuni mereka yang telah melanggar atau menyakiti kita. Oleh karena itu nilai-nilai religius memberikan tuntunan pokok bagi kesehatan mental manusia.⁴⁴

Dengan keimanan yang teguh dan mantap telah tertanam keyakinan yang kuat, bahwa tiada Tuhan selain Allah yang menjamin dan memberikan ketentraman dalam jiwa manusia maka hilanglah

⁴³ *Ibid*, h. 12.

⁴⁴ Kartini Kartono, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, 1989), h. 272.

rasa takut dan gelisah.⁴⁵ Seseorang yang beriman dengan mantap, akan tekun dan khusyu mengerjakan perintah Allah, melaksanakan ibadah wajib, sholat, puasa, zakat, haji dan ibadah-ibadah lainnya.⁴⁶

B. Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental alih bahasa dari *Mental Hygiene* atau *Mental Health*. Definisi-definisi yang diajukan para ahli diwarnai oleh keahlian masing-masing. Menurut *World Health Organization* dalam Winkel (1991) disebutkan: sehat adalah suatu keadaan berupa kesejahteraan fisik, mental dan sosial secara penuh dan bukan semata-mata berupa absensinya penyakit atau keadaan lemah tertentu. Definisi ini memberikan gambaran kancah yang luas dalam keadaan sehat, mencakup berbagai aspek sehingga diharapkan dapat mewujudkan kesejahteraan hidup.⁴⁷

Dalam pengertian yang amat sederhana kesehatan mental itu sudah dikenal sejak manusia pertama (Adam), karena Adam as merasa berdosa yang menyebabkan jiwanya gelisah dan hatinya sedih. Untuk menghilangkan kegelisahan dan kesedihan tersebut, ia bertaubat kepada Allah dan taubatnya diterima serta ia merasa lega kembali.

Firman Allah SWT:

فَتَلَقَّىٰ آدَامُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ ٣٧

⁴⁵ *Ibid*, h. 297.

⁴⁶ *Ibid*, h. 298.

⁴⁷ Siti Sundari, *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005), h. 1.

“Kemudian Adam menerima beberapa kalimat (untuk bertaubat) dan Tuhannya, maka Allah menerima taubatnya. Sesungguhnya Allah Maha penerima taubat lagi Maha Penyayang”. (Q.S. Al-Baqarah: 37).

Kesehatan mental sebagai salah satu cabang ilmu jiwa sudah dikenal sejak abad ke-19, seperti di Jerman tahun 1875 M, orang sudah mengenal kesehatan mental sebagai suatu ilmu walaupun dalam bentuk sederhana.⁴⁸

Sebagaimana yang dikutip oleh Muhammad Mahmud dalam buku Psikologi Agama karangan Ramayulis, menemukan dua pola dalam mendefinisikan kesehatan mental: *pertama*, pola negatif (*salabiy*), bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala neorosis (*al-amradh al'ashabiyah*) dan psikosis (*al-amradh al-dzibaniyah*). Kedua, pola positif (*ijabiy*), bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya. Pola yang kedua ini lebih luas dibanding pola yang pertama.⁴⁹

Kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.

Fungsi-fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap jiwa, pandangan dan keyakinan hidup, harus dapat saling membantu dan bekerja sama satu sama lain, sehingga dapat dikatakan adanya keharmonisan, yang menjauhkan orang dari perasaan ragu dan bimbang, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin (konflik).

⁴⁸ Jalaluddin, Ramayulis, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1993), h. 75.

⁴⁹ Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), h. 140.

Keharmonisan antara fungsi jiwa dan tindakan tegas itu dapat dicapai antara lain dengan keyakinan akan ajaran agama, keteguhan dalam mengindahkan norma-norma sosial, hukum, moral dan sebagainya.

Fungsi-fungsi jiwa dengan semua unsur-unsurnya, bertindak menyesuaikan orang dengan dirinya, dengan orang lain dan lingkungannya. Dalam menghadapi suasana yang selalu berubah, fungsi-fungsi jiwa akan bekerja sama secara harmonis dalam menyiapkan diri untuk menghadapi perubahan-perubahan tersebut. Dengan demikian perubahan-perubahan itu tidak akan menyebabkan kegelisahan dan kegoncangan jiwa.⁵⁰

Menurut Zakiah Daradjat dalam bukunya Ramayulis Psikologi agama, merumuskan pengertian kesehatan mental dalam pengertian yang luas dengan memasukkan aspek agama didalamnya seperti berikut:

Kesehatan mental ialah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia duna akhirat.⁵¹

Dengan masuknya faktor keimanan, ketaqwaan dan kebutuhan dalam pengertian ilmu kesehatan mental, maka pengertian kesehatan mental terasa luas dan dalam karena sudah mencakup seluruh aspek dai kehidupan manusia. Dan sekaligus menunjukkan bahwa agama mempunyai hubungan yang erat dengan kesehatan mental.⁵²

2. Kesehatan Mental Dalam Pandangan Al-Qur'an

Al-Qur'an sebagai sumber ajaran Islam, kebenarannya bersifat hakiki dan tidak ada keraguan didalamnya karena ia diturunkan Allah

⁵⁰ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT Gunung Agung, 1982), h. 13.

⁵¹ Ramayulis, *Op.Cit*, h. 142.

⁵² *Ibid*, h. 143.

SWT, sebagai kitab suci yang berisi petunjuk dan penjelasan, bagi petunjuk itu sendiri didalamnya banyak terdapat ayat-ayat yang berkaitan dengan kesehatan mental dengan berbagai istilah yang digunakannya sebagai sesuatu yang hendak dicapai oleh setiap manusia.⁵³

Menurut Langgulung dalam bukunya Mulyadi Islam dan Kesehatan Mental, istilah-istilah tersebut adalah kebahagiaan, keselamatan, kejayaan kemakmuran dan kesempurnaan. Disamping beberapa istilah kesehatan mental tersebut, al-Qur'an juga banyak terdapat ayat-ayat yang berkaitan dengan uraian definisi kesehatan mental, meliputi hubungan manusia dengan dirinya sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan Tuhan, yang kesemuanya ditujukan untuk mendapatkan hidup bermakna bahagia dunia dan akhiranya.⁵⁴

Islam menetapkan tujuan pokok kehadirannya untuk memelihara agama, jiwa, akal, jasmani dan keturunan. Setidaknya dari yang disebutkan di atas berkaitan dengan kesehatan. Tidak heran jika ditemukan bahwa Islam amat kaya dengan tuntunan kesehatan. Paling tidak ada dua istilah literatur keagamaan yang digunakan untuk menunjukan tentang pentingnya kesehatan dalam pandangan Islam, yaitu terdiri dari dua kata sehat dan *afiat*.⁵⁵

Ayat-ayat Al-Qur'an yang menjelaskan tentang contoh-contoh sikap manusia dalam mengembangkan dan memanfaatkan potensi tersebut yakni sebagai berikut:

⁵³ *Ibid*, h. 149.

⁵⁴ Mulyadi, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2017), h. 27.

⁵⁵ Update –Makalah. Blogspot.com/home/kesehatan mental/ psikologi agama. (6 maret 2018).

a). Ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan hubungan manusia dengan dirinya sendiri. Dalam hubungan manusia mengembangkan dan memanfaatkan potensinya dalam bentuk *amar ma'ruf nahi mungkar* atau sebaliknya mengumbar hawa nafsu yang ada pada dirinya.⁵⁶

Firman Allah SWT :

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ ءَامَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِّنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ۝ ۱۱۰

Artinya:

“Kamu adalah umat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar, dan beriman kepada Allah. Sekiranya ahli kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka, di antara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang fasik.” (Q.S **Al-Imran [3]: 110**).

Berdasarkan terjemah ayat di atas dijelaskan bahwa yang dimaksud dalam ayat ini adalah mereka sebaik-baik manusia untuk manusia, dalam nasihat dan cinta kepada kebaikan, dakwah, pengajaran perintah kepada kebaikan dan dan larangan dari kemungkaran, beriman kepada Allah dan menunaikan segala hak keimanan. Dan jika mereka beriman niscaya mendapat petunjuk, itulah yang baik buat mereka. Tetapi yang beriman hanya sedikit

⁵⁶ Mulyadi, *Op.cit*, h. 27.

mayoritas orang fasik yang keluar dari ketaatan kepada Allah dan Rasul-Nya dan memerangi kaum mukminin.⁵⁷

- b). Ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan *habl min al-'alam*, dimana manusia mempunyai kecenderungan untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensinya dalam bentuk kelestarian dan memanfaatkan alam atau sebaliknya, merusak.⁵⁸

Firman Allah SWT:

وَيَعْبُدُونَ مِن دُونِ اللَّهِ مَا لَا يَمْلِكُ لَهُمْ رِزْقًا مِّنَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ شَيْئًا وَلَا يَسْتَطِيعُونَ ۚ ٧٣

Artinya:

“Dan mereka menyembah selain Allah, sesuatu yang tidak dapat memberikan rezeki kepada mereka sedikitpun dari langit dan bumi, dan tidak berkuasa (sedikit juapun)”. (Q.S An-Nahl [16]: 73).

Penafsiran ayat di atas menjelaskan bahwa “Manusia memberikan penyembahan kepada sesuatu yang tidak dapat memberikan rezeki kepada mereka. Tak pernah sekalipun dan pada kondisi apapun ia memiliki kemampuan untuk memberi rezeki. Mereka justru meninggalkan Allah Yang Maha Pencipta lagi pemberi rezeki.”⁵⁹

- c). Sedangkan ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan *habl min Allah*, manusia mempunyai kecenderungan untuk mengembangkan dan

⁵⁷ Syaikh Abdullah, *Tafsir Al-Qur'an*, Terjemahan Muhammad Iqbal et. al. (Jakarta: Darul Haq, 2016), h. 477.

⁵⁸ Bambang Syamsul, *Psikologi Agama*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), h. 239.

⁵⁹ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, ter(Jakarta: Gema Insani, 2003), h. 197.

memanfaatkan potensinya dalam bentuk beribadah kepada Allah atau sebelumnya mengingkarinya.⁶⁰

Firman Allah SWT:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ٥٦

Artinya:

“Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku”. (Q.S Adz-Zariyat [51]: 56)

Dalam tafsirnya, Al-Misbah, penafsiran ayat di atas adalah sebagai berikut dan aku tidak menciptakan jin dan manusia untuk satu manfaat yang kembali pada diri-Ku, aku tidak menciptakan mereka melainkan untuk tujuan atau kesudahan aktivitas mereka adalah beribadah kepada-Ku.⁶¹

3. Kesehatan Mental Dalam Pandangan Hadits

Al-Hadist sebagai sumber kedua ajaran Islam sesudah Al-Qur'an banyak pula menyinggung hal-hal yang berhubungan dengan kesehatan mental adakalanya yang berkaitan dengan indikator kesehatan mental dan adakalanya yang berkaitan dengan psikoterapi, dan yang berkaitan dengan kesehatan mental. Hadist Rasulullah yang berkaitan dengan kesehatan mental:

- a. Qanaah dan Ridha menerima apa yang telah ditentukan Allah SWT kepadanya.

Rasulullah SAW bersabda didalam hadistnya:

⁶⁰ Bambang Syamsul, *Op.Cit*, h. 235.

⁶¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, (Jakarta: lentera Hati, 2002), h. 355.

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ يُونُسَ حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ حَدَّثَنَا أَبُو حَاصِين عَنْ
أَبِي صَالِحٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ
لَيْسَ الْغِنَى عَنْ كَثْرَةِ الْعَرَضِ وَلَكِنَّ الْغِنَى غِنَى النَّفْسِ

“Dari abu hurairah Radulullah SAW bersabda: “Orang yang kaya itu bukanlah karena hartanya yang melimpah, tetapi orang yang kaya itu ialah karena kaya jiwanya.” (H.R Muslim).⁶²

Berdasarkan hadist di atas bahwa diantara faktor yang dapat menentramkan jiwa adalah sikap menerima rezeki yang telah diberikan oleh Allah SWT, tidak peduli terhadap keadaan orang yang lebih kaya darinya. Jika seseorang tidak memiliki sikap *qanaah dan ridha*, supaya mereka dapat meraih ketentraman jiwa.⁶³

b. Syukur dan sabar

Rasulullah SAW bersabda:

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا
لِلْمُؤْمِنِ؛ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ
أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

“Sungguh luar biasa hal yang akan diperoleh orang beriman karena seluruh hidupnya sarat dengan kebaikan. Tidak ada seorangpun yang dapat menyamai orang yang beriman. Jika ia diberi kesengsaraan, maka ia bersyukur dan rasa syukur itu termasuk kebaikan baginya.” (H.R Muslim)⁶⁴

Berdasarkan hadist di atas bahwa salah satu indikator penting kesehatan mental diantaranya ialah kemampaun individu

⁶² Imam Abu Zakaria, *Riadus Shalihin*, terjemahan Salim Bahreisy (Surabaya: Lentera Hati, 2002), h. 357.


⁶³ Ramayulis, *Op.Cit*, h. 154.

⁶⁴ Imam Abu Zakaria, *Op.Cit*, h. 38.

dalam menanggung beban hidup, teguh hati dalam menghadapi segala rintangan. Ia berani dan tidak mempunyai rasa putus asa. Seseorang yang menghadapi berbagai musibah dan situasi sulit dengan penuh kesabaran dan keteguhan hati, merupakan indikator orang sehat mentalnya dan jiwanya normal.⁶⁵

c. Rasa tanggung jawab

Rasulullah SAW bersabda:



حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْلَمَةَ عَنْ مَالِكٍ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ دِينَارٍ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ أَلَا كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ فَالْأَمِيرُ الَّذِي عَلَى النَّاسِ رَاعٍ عَلَيْهِمْ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُمْ وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُمْ وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ بَعْلِهَا وَوَلَدِهِ وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ وَالْعَبْدُ رَاعٍ عَلَى مَالِ سَيِّدِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُ فَكُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ

“Dari Ibn Umar r.a Rasulullah SAW bersabda: “setiap kalian semua adalah pengembala dan bertanggung jawab atas pengembalanya. Seorang pemimpin (negara) adalah pengembala keluarganya dan bertanggung jawab atas keluarganya. Seorang istri pengembala rumah keluarga suaminya dan bertanggung jawab atas keluarganya. Seorang budak adalah pemelihara harta orangtuanya dan bertanggung jawab atas harta tersebut. Ingatlah setiap kalian adalah pengembala dan setiap kalian bertanggung jawab atas pengembalanya.” (H.R Muslim).⁶⁶

Berdasarkan hadist di atas bahwa setiap individu dalam masyarakat harus bertanggung jawab pada sesama manusia. Seorang individu yang mau memperhatikan dan menolong sesama,

⁶⁵ Ramayulis, *Op.Cit*, h. 154.

⁶⁶ Imam Abu Zakaria, *Op.Cit*, h. 416.

bertanggung jawab pada pekerjaan yang harus dijalani, bertanggung jawab bagi kemaslahatan umat, dan mau menebar kebaikan kepada semua individu dalam masyarakat.⁶⁷

4. Indikator kesehatan mental

Orang yang memiliki mental sehat ditandai dengan sifat-sifat khas antara lain: mempunyai kemampuan-kemampuan untuk bertindak secara efisien, memiliki tujuan-tujuan hidup yang jelas, punya konsep diri yang sehat, ada koordinasi antara segenap potensi dengan usaha-usahanya, memiliki regulasi-diri dan integrasi kepribadian, dan batinnya selalu tenang.⁶⁸

1). WHO menetapkan indikator kesehatan mental berdasarkan orientasi dan wawasan kesehatan mental sebagai berikut:

- a) Bebas dari ketegangan dan kecemasan
- b) Menerima kekecewaan sebagai pelajaran dikemudian hari
- c) Dapat menyesuaikan diri secara konstruktif pada kenyataan meskipun kenyataan itu pahit
- d) Dapat berhubungan dengan orang lain dan dapat tolong menolong yang memuaskan
- e) Merasa lebih puas memberi dari pada menerima
- f) Dapat merasakan kepuasan dari perjuangan hidupnya
- g) Dapat mengarahkan rasa permusuhan pada penyelesaian yang kreatif dan konstruktif

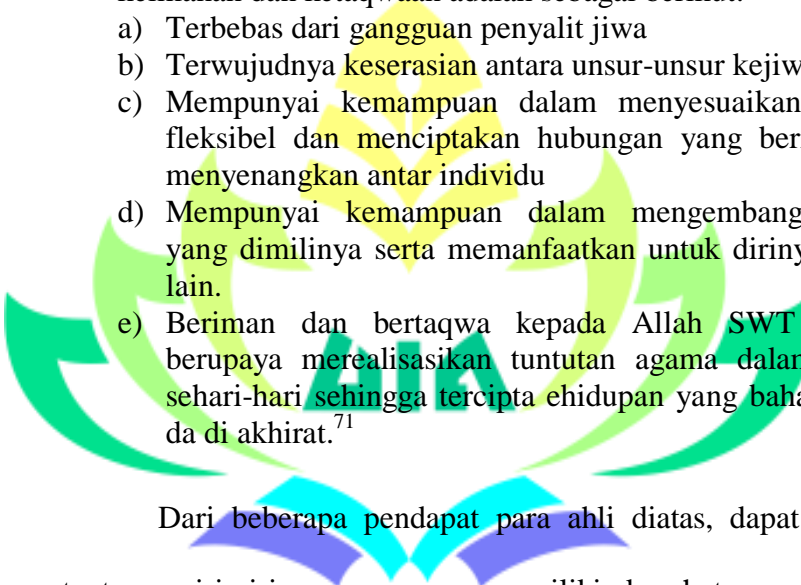
⁶⁷ Ramayulis, *Op.Cit*, h. 55.

⁶⁸ Kartini Kartono, *Op.Cit*, h. 5-6.

- h) Mempunyai rasa kasih sayang dan butuh disayangi
 - i) Mempunyai spiritual dan agama.⁶⁹
- 2). Indikator kesehatan mental menurut Said Hawa menetapkan berdasarkan *tathhiral-qalh* (pensucian jiwa) dengan indikatornya sebagai berikut:
- a) Sempurna dalam melaksanakan ibadah sesuai dengan perintah Allah SWT.
 - b) Terlihat efek dari peribadatannya pada sifat-sifatnya yang utama dan *akhlak-al-karimah* dan melaksanakan *habl min Allah* dan *habl min al-nas*.
 - c) Mempunyai hati yang mantap dalam mentauhidkan Allah SWT.
 - d) Tidak mempunyai penyakit hati yang bertentangan dengan keesaan Allah SWT.
 - e) Jiwanya menjadi suci, hatinya menjadi suci, dan pandangannya menjadi jernih.
 - f) Seluruh anggota tubuhnya senantiasa berbuat sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh Allah SWT.⁷⁰
- 3). Indikator kesehatan mental menurut Ahmad Farid menetapkan berdasarkan kepada agama sebagai berikut:

⁶⁹ Ramayulis, *Op.Cit*, h. 162.

⁷⁰ **Said bin Muhammad Dib Hawwa** atau ringkasnya *Said Hawa* adalah pendakwah, reformis sosial dan politik mesir penggerak gerakan Ikhwanul Muslimin Syria. Hawwa ialah nama keturunan yang diwarisi sebela bapanya. Beliau dilahirkan pada 27 september 1935 di Hama, Syria. Keturunannya bersambung dengan Rasulullah dan ia dinasabkan kepada kabilah al-Naim yang merupakan salah satu keturunan Rasulullah. Ketika berusia dua tahun ibunya telah meninggal dunia. Ibunya bernama Arabiyyah al-tais dan bapaknya Muhammad Dib Hawwa, Seorang aktifis politik yang menentang penjajah Perancis dan dipenjara pada tahun 1939, karena tuduhan membunuh. (dikutip dari <http://ms.m.wikipedia.org/wiki/Said-Hawa>, 08-09-2018).

- 
- a) Berfokus pada akhirat
 - b) Tiada meninggalkan zikrullah
 - c) Selalu merindukan untuk beribadah kepada Allah
 - d) Tujuan hidupnya hanya kepada Allah
 - e) Kyusu' dalam menegakkan shalat dan saat itu ia lupa akan segala urusan dunia
 - f) Menghargai waktu dan tidak bakhil harta
 - g) tidak berputus asa dan tidak malas untuk berzikir
 - h) Mengutamakan kualitas perbuatan
- 4). Menurut Zakiah Darajat dalam bukunya Ramayulis Psikologi Agama, indikator kesehatan mental dengan memasukkan unsur keimanan dan ketaqwaan adalah sebagai berikut:
- a) Terbebas dari gangguan penyalit jiwa
 - b) Terwujudnya keserasian antara unsur-unsur kejiwaan
 - c) Mempunyai kemampuan dalam menyesuaikan diri secara fleksibel dan menciptakan hubungan yang bermanfaat dan menyenangkan antar individu
 - d) Mempunyai kemampuan dalam mengembangkan potensi yang dimilinya serta memanfaatkan untuk dirinya dan orang lain.
 - e) Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT dan selalu berupaya merealisasikan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari sehingga tercipta kehidupan yang bahagia di dunia dan di akhirat.⁷¹

Dari beberapa pendapat para ahli diatas, dapat dirumuskan tentang ciri-ciri orang yang memiliki kesehatan mental dalam pandangan Islam yaitu:

1. Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT dengan segepan jiwanya dan ikhlas, karena keimanan kepada Allah SWT bisa menanamkan rasa lapang, ridha, dan bahagia dalam diri seseorang, merasa aman dan tenang, dan merasa dilindungi oleh Allah SWT.
2. Hati dan jiwanya selalu bersih dan tenang karena senantiasa berbuat sesuai perintah Allah SWT. Mereka selalu jujur, berkata benar dan selalu berbuat baik terhadap sesama.

⁷¹ Ramayulis, *Op.Cit.*, h. 1643-164.

3. Sehat secara fisik dan tidak mudah sakit, melaksanakan pola hidup sehat dengan rutin berolahraga.
4. Mampu mengatasi stres dengan cara yang positif, apabila mendapat masalah dalam hidupnya selalu berusaha memecahkan dengan cara yang baik dan positif.
5. Mampu memenuhi segala kebutuhan baik biologis maupun psikologis secara proposional dengan mengacu pada sistem nilai Islam.
6. Mampu beradaptasi baik dengan dirinya maupun alam sekitar. Peduli dengan lingkungan tempat dia tinggal, bertingkah laku baik dimasyarakat dan dapat berperan aktif dalam kehidupan sosial, tidak membuat onar dan membantu orang yang membutuhkan pertolongan.

5. Dasar dan Tujuan Kesehatan Mental

a). Dasar kesehatan mental

a. Pemikiran

Dasar pemikiran tentang kesehatan mental diadopsi dari pandangan para filosof baik klasik, pertengahan dan modern maupun post modern tentang jiwa/ mental. Pandangan tentang jiwa menurut para ahli filsafat umumnya merupakan refleksi tentang pemikiran metafisika yang berbicara sumber dari segala yang ada.

Dalam pemahaman metafisa dikatakan bahwa segala sesuatu yang nampak dan bersifat konkrit pada manusia adalah

segala sesuatu yang berbentuk fisik/ jasmani, sedangkan sumber spiritual pada dasarnya merupakan wujud yang tidak nampak dan bersifat abstrak yang ada pada manusia yang dikenal sebagai jiwa/ rohani. Keduanya memiliki fungsi yang saling terkait antara satu dengan yang lainnya. Fisik dan psikis pada hakekatnya merupakan dua elemen dasar yang ada pada manusia yang secara fungsional membentuk perilaku manusia.⁷²

b. Agama

Dasar agama berasal dari Tuhan dengan sumber wahyu dan interpretasinya berdasarkan kajian naskah agama yang menjadi panutan setiap pemeluk agama. Setiap agama beranggapan bahwa manusia pada dasarnya merupakan makhluk beragama dan setiap manusia membutuhkan agama sebagai landasan hidupnya. Karena pada dasarnya manusia terdiri dari dua unsur yakni jasmani (fisik) dan rohani (psikis).⁷³ Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dalam pandangan agama jiwa merupakan sesuatu yang urgen dari unsur-unsur kehidupan yang diberikan oleh Tuhan untuk manusia.

Dari dua unsur dasar yang berbeda yakni agama dan pemikiran dapat ditarik satu makna yang paralel yakni jiwa/ mental pada dasarnya merupakan unsur yang paling penting bagi kehidupan manusia, tanpa jiwa/ mental maka manusia tidak berarti

⁷² Bahri Ghazali, *Kesehatan Mental 1*, (Bandar Lampung, Harakindo, 2016), h. 17.

⁷³ *Ibid*, h. 21.

apa-apa yakni meti dalam pengertian tidak memiliki kemanfaatan bagi keseluruhan makhluk hidup, tidak terkecuali lingkungannya.⁷⁴

b). Tujuan Kesehatan Mental

- a. Mengusahakan agar manusia memiliki kemampuan mental yang sehat.
- b. Mengusahakan pencegahan terhadap timbulnya sebab-sebab gangguan mental dan penyakit mental.
- c. Mengusahakan pencegahan berkembangnya bermacam-macam gangguan mental dan penyakit mental.
- d. Mengurangi atau mengadakan penyembuhan terhadap gangguan dan penyakit mental.⁷⁵

6. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan entitas yang dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal. Kesehatan mental sangat dipengaruhi faktor-faktor tersebut, karena secara substantif faktor-faktor tersebut memainkan peran yang signifikan dalam terciptanya kesehatan mental. Yang termasuk faktor internal adalah faktor biologis dan faktor psikologis, sedangkan faktor eksternal adalah sosial budaya.⁷⁶

Berikut akan diuraikan beberapa faktor yaitu:

⁷⁴ *Ibid*, h. 23.

⁷⁵ Mulyadi, *Op.cit*, h. 5.

⁷⁶ Moeljono Notosoedirdjo, Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, (Malang: UMM Press, 2014), h. 65.

a. Faktor Internal

1. Faktor Biologis

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental adalah faktor biologis. Beberapa faktor biologis yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, diantaranya: otak, system endoktrin, genetik sensori, kondisi ibu selama kehamilan.⁷⁷ Berikut akan dibahas lebih rinci, yaitu:

- 1). Otak merupakan pusat dari segala aktivitas tubuh, baik aktivitas fisiologi maupun aktivitas psikologis. Otak merupakan pusat keseimbangan, motivasi, afeksi, dan beberapa dimensi psikologis lainnya. Perkembangan fisiologis otak sejalan dengan perkembangan mental manusia dan bahwa perkembangan kepribadian manusia sangat dipengaruhi oleh kondisi lima tahun awal. Terjadinya kerusakan pada otak sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental individu. Beberapa jenis gangguan mental yang berhubungan dengan kerusakan otak adalah demensia, epilepsi, general parafisi, sinoma, korsakof, dan sinoma klav-Bucy.⁷⁸
- 2). Sistem endoktrin, kelenjar endoktrin merupakan senyawa kimia yang mengeluarkan hormon dan diangkut keseluruh tubuh. Kelenjar endoktrin mencakup tujuh macam

⁷⁷ Kholilur Rochman, *Kesehatan Mental*, (Purwokerto, STAIN Press, 2010), h. 24.

⁷⁸ Moeljono Notoedirdjo, Latipun, *Op.Cit*, h. 65.

kelenjar, yaitu kelenjar pituitari, tiroid, paratiroid, adrenal, gonad, timus, dan pankreas. Gangguan mental yang disebabkan fungsi kelenjar endokrin prevalensinya masih sedikit, akan tetapi hal tersebut perlu mendapat perhatian dan dapat dicegah melalui pengaturan pola makan dan mengaplikasikan pola hidup bersih dan sehat.⁷⁹

3). Genetik, faktor genetik merupakan salah satu faktor pewarisan sifat-sifat manusia kepada keturunannya. Faktor gen sangat berpengaruh terhadap pembentukan sifat dan karakter manusia yang diturunkan dari ayah atau ibunya. Kecenderungan psikosis seperti skizofrenia dan manik-depresif merupakan sakit mental yang diwariskan secara genetik dari induknya. Gangguan mental lain yang bersifat genetik adalah alzheimer, phenylketonuria, Huntington, dan adiksi alkohol serta obat-obatan terlarang.⁸⁰

4). Sensori, merupakan alat yang menangkap segenap stimuli dari luar. Sensori termasuk pendengaran, penglihatan, perabaan, pengecap, dan penciuman. Terganggunya fungsi sensori kognisi dan emosi individu.

5). Kondisi ibu selama kehamilan mempengaruhi kesehatan mental anak. Selama berada dalam kandungan, kesehatan janin ditentukan oleh kondisi ibu. Faktor-faktor ibu yang

⁷⁹ *Ibid*, h. 66.

⁸⁰ Kholilur Rochman, *Op.Cit*, h. 36.

turut memengaruhi kesehatan mental anaknya adalah, usia, nutrisi, obat-obatan, radiasi, penyakit yang diderita, stres, dan komplikasi.⁸¹

2. Faktor Psikologis

Aspek psikis manusia pada dasarnya merupakan satu kesatuan dengan sistem biologis. Sebagai sub sistem dari eksistensi manusia, aspek psikis senantiasa terlibat dalam dinamika kemanusiaan yang multi aspek. Ada beberapa aspek psikis yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, yaitu:

a. Pengalaman awal

Pengalaman awal merupakan keseluruhan pengalaman maupun kejadian yang dialami seseorang yang mempengaruhi perkembangan dan kesehatan mentalnya. Psikolog bahkan menganggap pengalaman awal sebagai bagian penting dari perkembangan fisik dan mental seseorang dan akan sangat menentukan kondisi dan kesehatan mentalnya dikemudian hari.⁸²

b. Proses pembelajaran

Perilaku manusia sebagian besar adalah merupakan produk dari aktivitas belajar melalui pelatihan produk dari aktivitas belajar melalui pelatihan dan pengalaman sehari-hari. Terdapat tiga saluran belajar yaitu: a). Belajar dengan

⁸¹ *Ibid*, h. 38.

⁸² Moeliono Notoedirdjo, Latipun, *Op.Cit*, h. 65.

asosiasi yaitu interaksi antar lingkungan dengan individu sangat penting karena dari interaksi tersebut akan mempengaruhi perkembangan dan kematangan kepribadian seseorang. b). Belajar dengan konsekuensi bahwa lingkungan memainkan peran yang signifikan dalam membentuk kepribadian seseorang melalui mekanisme konsekuensi penyertaan atas perilaku tertentu, yaitu *punishmen* (hukuman) dan *reward* (hadiah). c). Belajar dengan mencontoh yaitu anak-anak berperilaku agresif setelah mencontoh perilaku model yang dilihatnya. Kegiatan mencontoh dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung.⁸³

c. Kebutuhan

Pemenuhan kebutuhan dapat meningkatkan kesehatan mental seseorang. Individu yang telah mencapai aktualisasi diri (orang yang telah mengeksplorasi segenap kemampuan, bakat, dan ketrampilan secara pasif) akan mencapai suatu tingkatan yang disebut dengan *peak experience*. Orang yang mengalami gangguan mental khususnya yang menderita *neurosis* disebabkan oleh ketidakmampuan individu dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Gangguan dan penyakit mental psikosis dan

⁸³ *Ibid*, h. 68.

neurosis merupakan implikasi dari defisiensi (ketidakmampuan memenuhi dan memuaskan), baik kebutuhan dasar maupun kebutuhan lanjutan (kebutuhan untuk tumbuh kembang).⁸⁴

b. Faktor Eksternal

1. Faktor sosial budaya

a). Stratifikasi sosial

Bahwa stratifikasi sosial yang ada dimasyarakat ternyata berhubungan dengan jenis gangguan mentalnya. Terdapat distribusi gangguan mental secara berbeda antara kelompok masyarakat yang berada pada strata sosial tinggi dengan strata sosial rendah. Dalam berbagai studi dipahami bahwa kelompok sosial strata sosial rendah prevalensi yang lebih tinggi terhadap gangguan psikiatrik dibanding dengan dengan kelompok strata sosial tinggi.

b). Interaksi sosial

Ada dua pandangan hubungan interaksi sosial dengan gangguan mental. 1). teori psikodinamika mengemukakan bahwa individu yang mengalami gangguan emosional dapat berimplikasi pada pengurangan interaksi sosial yang dapat diketahui dari perilaku regresi sebagai akibat dari adanya sakit mental. 2). Rendahnya interaksi sosial yang berimplikasi pada

⁸⁴ Kholilul Rochman, *Op.Cit*, h. 37.

gangguan mental dalam berbagai studi terungkap bahwa hubungan interpersonal memiliki interaksi yang signifikan dalam peningkatan kesehatan mental.

c). Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan terdekat dengan individu yang berperan besar dalam membentuk karakter serta mempengaruhi perkembangannya, baik secara fisik maupun psikis. Keluarga merupakan lingkungan mikrosistem yang menentukan kepribadian dan kesehatan mental anak. Dengan demikian, keluarga merupakan lingkungan yang sangat penting dari keseluruhan sistem lingkungan.⁸⁵

d). Sekolah

Sekolah merupakan lingkungan yang turut mempengaruhi terhadap perkembangan kesehatan mental anak, karena fungsi sekolah bukan saja tempat menuntut ilmu, tetapi juga tempat yang dijadikan model dalam bersosialisasi sehingga tertanam nilai-nilai kehidupan bermasyarakat.⁸⁶

2. Penyesuaian Diri (*Self-Adjustment*)

Salah satu ciri pokok dari kepribadian yang sehat mentalnya ialah memiliki kemampuan untuk mengadakan *Adjustment* atau penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungannya. Sehingga rasa permusuhan,

⁸⁵ *Ibid*, h. 38.

⁸⁶ *Ibid*, h. 40.

dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan lain-lain emosi negatif sebagai respons pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.⁸⁷ Lebih lanjut *adjustment* dapat ditafsirkan atau dijabarkan sebagai berikut:

a). Adjustment berarti adaptasi atau penyesuaian diri

yaitu kemampuan untuk mempertahankan eksistensinya memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani, juga dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan sosial.

b). Adjustment bisa diartikan sebagai komformitas

yaitu kesesuaian dengan norma-norma hati nurani sendiri dan norma-norma sosial dalam masyarakat.

c). Adjustment sebagai penguasaan

memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisir respons-respons sedemikian rupa, sehingga bisa menguasai atau menanggapi segala macam konflik, kesulitan masalah hidup, dan dan frustrasi-frustrasi dengan cara yang efisien.⁸⁸

d). Adjustment terhadap keluarga

mempunyai relasi yang sehat dengan segenap anggota keluarga. Kesadaran memiliki tanggungjawab, bersedia

⁸⁷ Kartini Kartono, *Op.Cit*, h. 259.

⁸⁸ *Ibid*, h. 260-261.

menerima larangan-larangan, aturan-aturan, dan disiplin yang ditegakkan ditengan lingkungan keluarga.⁸⁹

7. Strategi Mewujudkan Kesehatan Mental

a. Memperkuat Aspek Rohani

Rasulullah SAW telah menghabiskan masa selama tiga belas tahun pertama untuk berdakwah menyeru kepada akidah, meneguhkan akar-akar iman kedalam hati para sahabat, dan membersihkan jiwa mereka dengan *taqarrub* dan ibadah kepada Allah. Iman kepada Allah sungguh memberi pengaruh yang besar dalam mengubah kepribadian bangsa Arab. Mereka meninggalkan banyak akhlaq dan adat jahiliyah mereka. Akal mereka terbebas dari kebodohan dan *khurafat*, sedang jiwa mereka terbebas dari rasa takut terhadap hal-hal yang biasanya ditakuti oleh kebanyakan manusia. Mereka terbebas dari perasaan takut mati, takut fakir, takut musibah, takut manusia. Mereka mampu hidup dengan damai.

Iman kepada Allah membuat jiwa menjadi lapang, rela dan bahagia serta menjadikan manusia hidup dalam ketenangan dan kedamaian. Bagi seseorang mukmin yang ikhlas, melalui iman dan ibadahnya, ia mengetahui bahwa Allah selalu bersamanya dan Dia selalu menjaganya. Allah akan memberi taufik dalam hidupnya serta menganugerahkan cintaNya.⁹⁰ Allah berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ٢٨

⁸⁹ *Ibid*, h. 166.

⁹⁰ Ustman Najati, *Belajar Eq dan Sq dari Sunah Nabi*, (Bandung: Pustaka, 2002), h. 8.

Artinya:

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. (Q.S Ar-Ra'd [13]: 28).

b. Mengendalikan Keadaan Fisiologis Manusia

Mengendalikan kesadaran fisiologis manusia berarti menguasai dan mengontrol motif-motif dasar yang ada pada manusia. Islam tidak menyerukan mengebiri motif-motif dasar, Islam hanya mengajak untuk mengatur dan mengontrol pemenuhannya, mengarahkannya dengan bimbingan yang benar serta memperhatikan kemaslahatan individu dan masyarakat. Al-Qur'an dan Sunah Nabi menyerukan dua macam pengaturan dalam upaya memenuhi motif-motif dasar dengan cara pemenuhan motif lewat jalan halal, misalnya untuk kebutuhan seksual hanya diperbolehkan lewat pernikahan dan memenuhi kebutuhan fisiologi dan ruhaniah tidak berlebihan. Dalam mempraktikkan dua hal ini titik tekan yang diberikan adalah dengan cara mengendalikan kebiasaan-kebiasaan buruk dan mempercantik hidup dengan akhlaq al-karimah.⁹¹

8. Keterkaitan Keimanan dan Kesehatan Mental

Sudah diketahui bahwa diantara pengertian kesehatan mental adalah berlandaskan agama, yaitu keimanan dan ketaqwaan. Hal ini dapat dimengerti sebagai indikator orang yang memiliki kesehatan

⁹¹ *Ibid*, h. 11.

mental adalah orang-orang yang senantiasa melaksanakan aktivitas-aktivitas keagamaan sesuai dengan iman yang melekat pada dirinya.⁹²

Keimanan mempunyai pengaruh yang besar atas diri manusia. Pengaruh ini terutama membuat manusia percaya pada diri sendiri, meningkatkan kemampuannya untuk sabar dan kuat menanggung derita kehidupan, membangkitkan rasa tenang dan tentram dalam jiwa, menimbulkan kedamaian hati dan memberi perasaan bahagia dunia dan akhirat.⁹³

Oleh karena itu dalam Al-Qur'an kata iman selalu diiringi dengan amal perbuatan. Allah S.W.T. berfirman:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ ۖ

Artinya:

Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh, mereka itu adalah sebaik-baik makhluk. (Q.S. al-Bayinah [98]: 7).

Dengan keimanan yang teguh dan mantap telah tertanam keyakinan yang kuat, bahwa tiada Tuhan selain Allah yang menjamin dan memberikan ketentraman dalam jiwa manusia, maka hilanglah semua rasa takut dan gelisah. Allah S.W.T. berfirman:

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِن بَنِي ءَادَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَمَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَٰذَا غَافِلِينَ ۝١٧٢

“Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian

⁹² Ramayulis, *Op.Cit*, h. 178.

⁹³ *Ibid*, h. 180.

terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)". (Q.S al-A'raf [7]: 172).

Dalam ayat ini Allah menggambarkan, bahwa sebelum roh manusia dihembuskan kedalam embrio yang akan menjadi manusia-manusia baru, maka ruh ini telah dibekali suatu perjanjian yang disebut Ahdullah, yaitu suatu perjanjian pengakuan bahwa Allah adalah Tuhannya. Maka setiap manusia itu telah mempunyai suatu bekal dasar dalam ruhnya tentang keimanan kepada Allah Yang Maha Esa.

Dan selanjutnya Allah menyempurnakan Iman pada manusia dengan diturunkannya agama-agama wahyu, lalu dijelaskan dengan tuntas melalui agama Islam yaitu dalam Al-Qur'an.⁹⁴

Iman mempunyai hubungan erat dengan soal kejiwaan dan kesehatan mental manusia. Iman adalah jalan utama menuju kesehatan mental. Iman dapat dijadikan landasan bagi pembinaan mental spiritual manusia. Oleh karena itu pantas pula iman berfungsi sebagai penyelamat hidup manusia baik di dunia maupun akhirat sekaligus berpredikat tertinggi dalam kehidupan beragama. Bahkan Allah dengan tegas menjajikan keberkatan dan keberuntungan berupa

⁹⁴ Kartini Kartono, *Op.Cit*, h. 303.

kebahagiaan jasmani dan rohani, fisik dan mental kepada mukmin dan muttaqin.⁹⁵

وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ ءَامَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ
وَالْأَرْضِ وَلَكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ ٩٦

Artinya:

Jikalau sekiranya penduduk negeri-negeri beriman dan bertakwa, pastilah Kami akan melimpahkan kepada mereka berkah dari langit dan bumi, tetapi mereka mendustakan (ayat-ayat Kami) itu, maka Kami siksa mereka disebabkan perbuatannya. (Q.S al-A'raf [7]: 96).

Dengan iman kepadaNya dia mengikuti petunjuk Ilahi menuju kejalan kebenaran. Dia selalu menengadahkan tangan memohon petunjukNya dan pertolonganNya. Dengan demikian dalam diri manusia tauhid tidak akan terjadi banyak konflik batin, kesedihan yang berlarut-larut, rasa putus asa, reaksi-reaksi kompensasi, dan mekanisme pertahanan diri yang sifatnya merugikan.⁹⁶

⁹⁵ *Ibid*, h. 181.

⁹⁶ *Ibid*, h. 325.

BAB III

KEIMANAN DALAM SURAT AL-HUJURAT AYAT 14-15

Dalam penelitian skripsi ini tentang keimanan dalam surat al-hujurat ayat 14-15 adalah menggunakan metode *maudu'i*. Metode *maudu'i* adalah metode yang menafsirkan dengan menghimpun semua ayat dari berbagai surah yang berbicara tentang satu masalah tertentu yang dianggap menjadi tema sentral. Kemudian merangkaikan ayat-ayat itu satu dengan yang lain, lalu menafsirkannya secara utuh dan menyeluruh. Dengan metode *maudu'i* ini, petunjuk Al-Qur'an yang dipaparkan bisa memberikan gambaran utuh tentang permasalahan tersebut dalam Al-Qur'an.⁹⁷

Metode tafsir *maudu'i* yaitu Metode ini pertama kali dikenalkan oleh Syekh Mahmud Syaltut pada tahun 1960 M ketika menyusun tafsirnya, yaitu tafsir Al-Qur'an Al-Karim. Sebagai penerapan ide yang dikemukakan oleh asy-Syatibi tahun 1388 M, ia berpendapat bahwa setiap surah walaupun masalah yang dikemukakan berbeda-beda namun ada satu tema sentral yang mengikat dan menghubungkan masalah-masalah yang berbeda tersebut. Metode tafsir *maudu'i* mempunyai dua pengertian yaitu:

1. Pengertian menyangkut satu surah dalam Al-Qur'an dengan menjelaskan tujuan-tujuannya secara umum dan yang merupakan tema sentralnya, serta menghubungkan persoalan-

⁹⁷ Nasrudin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Puataka Belajar, 1998), h. 31.

persoalan yang beraneka ragam dalam surah tersebut antara satu dan yang lainnya dan juga dengan tema tersebut, sehingga satu surah tersebut dengan berbagai masalahnya merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan.

2. Penafsiran yang berdasarkan pada tema-tema tertentu dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menentukan topik atau tema bahasan
- b. Mengumpulkan ayat-ayat yang berkaitan dengan tema tersebut
- c. Menyusun ayat-ayat tersebut dengan tertib turunnya ayat
- d. Memperhatikan korelasi ayat
- e. Membahas sebab nuzul jika ada
- f. Menyusun pembahasan dalam kerangka pembahasan yang sempurna
- g. Melengkapi pembahasan dengan hadits-hadits yang ada kaitannya dengan tema diatas
- h. Mempelajari ayat-ayat tersebut secara keseluruhan dengan jalan menghimpun ayat-ayatnya yang mempunyai pengertian yang sama, atau mengompromikan antara ayat-ayat yang am dengan kha dengan mutlak muqayyad atau yang pada lahirnya bertentangan sehingga kesemuanya bertemu dalam satu muara tanpa perbedaan atau pemaksaan.

- i. Menafsirkan dan membuat kesimpulan menyeluruh tentang masalah yang sedang dibahas.⁹⁸

A. Makna Lafadz dan Terjemah Surat Al-Hujurat Ayat 14-15

Makna lafadz dan terjemah surat Al-Hujurat ayat 14-15 akan penulis jelaskan secara detail dalam pembahasan dibawah ini. Adapun bunyi surat Al-Hujurat ayat 14-15 adalah sebagai berikut:

قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَامَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا
يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا يَلِتْكُمْ
مِّنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿١٤﴾ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ
الَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ
وَأَنفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ ﴿١٥﴾

Artinya :

Orang-orang Arab Badui itu berkata: "Kami telah beriman". Katakanlah: "Kamu belum beriman, tapi katakanlah 'kami telah tunduk', karena iman itu belum masuk ke dalam hatimu; dan jika kamu taat kepada Allah dan Rasul-Nya, Dia tidak akan mengurangi sedikitpun pahala amalanmu; sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang".

Sesungguhnya orang-orang yang beriman itu hanyalah orang-orang yang percaya (beriman) kepada Allah dan Rasul-Nya, kemudian mereka tidak ragu-ragu dan mereka berjuang (berjihad) dengan harta dan jiwa mereka pada jalan Allah. Mereka itulah orang-orang yang benar. (Q.S Al-Hujurat [49]: 14-15).

Secara garis besar surat al-hujurat ayat 14-15 menjelaskan tentang pengakuan orang arab Badui yang baru saja masuk Islam dan mereka mengatakan telah beriman, kemudian Allah memberitahu kepada mereka bahwa mereka masuk Islam karena kalah dan Islam mereka belum masuk

⁹⁸ Ibid, h. 33-34.

kedalam hatinya hingga mencapai keimanan yang sesungguhnya. Meskipun mereka berdusta Allah tidak mengurangi karunianya sedikitpun, sungguh Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Iman yang sejati harus timbul dari lubuk hati. Orang yang telah beriman dengan sungguh-sungguh ialah mereka yang beriman kepada Allah dan Rasul-Nya, kemudian tidak ragu-ragu dan berjihad dengan harta dan jiwa mereka pada jalan Allah.

B. Munasabah Surat Al-Hujurat ayat 14-15

1. Pengertian Munasabah

Secara *etimologi*, munasabah berasal dari kata *Nasaba* (satu, berdekatan, mirip, menyerupai). Sedangkan secara *terminologi*, Manna Al-Qattan menjelaskan munasabah adalah keterkaitan atau hubungan antara satu kalimat dengan kalimat lain dalam satu ayat, antara satu ayat dengan ayat lain dalam ayat-ayat yang bermacam-macam, atau antara surat dengan surat.⁹⁹

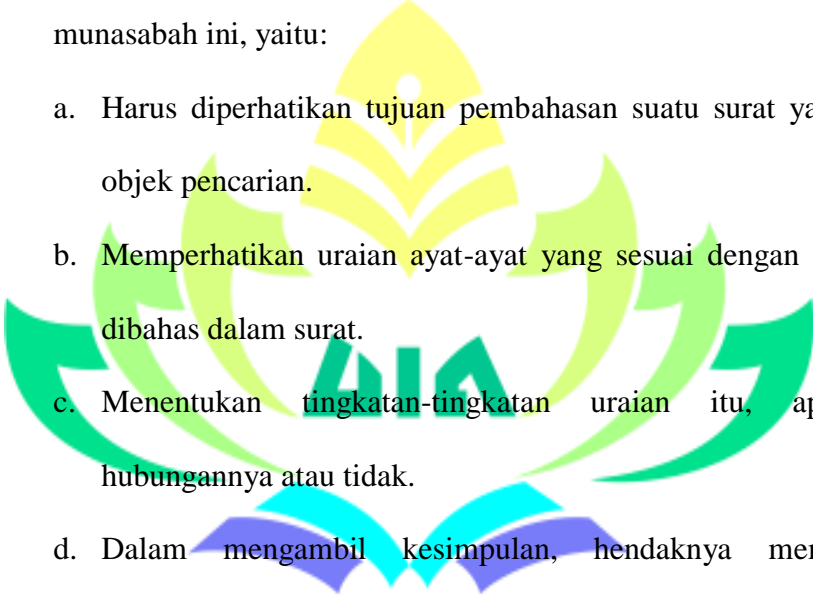
2. Cara Mengetahui Munasabah

Para ulama menjelaskan bahwa pengetahuan tentang munasabah bersifat ijtihadi. Artinya, pengetahuan ditetapkannya menurut ijtihadi karena tidak ditemukan riwayat, baik dari Nabi maupun para sahabatnya. Oleh karena itu, tidak ada keharusan mencari munasabah pada setiap ayat. Karena Al-Qur'an diturunkan dimuka

⁹⁹ Lukmanul Hakim, Pipin Armita, "Munasabah Ayat Dalam Surat An-Naba" (Analisis Metodologi Penafsiran Abdullah Darraz Dalam Kitab An-Nabau Al-Azhim Nazharatun Jadidatun Fi Al-Qur'an)". *Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 41 No. 2 (Desember 2017), h. 119.

bumi ini secara berangsur-angsur mengikuti berbagai peristiwa dan kejadian yang ada. Terkadang seorang mufassir menemukan keterkaitan suatu ayat dengan yang lainnya dan terkadang tidak menemukannya. Ketika tidak menemukan keterkaitan itu, kita tidak diperkenankan untuk memaksakan diri.¹⁰⁰

Beberapa langkah yang perlu diperhatikan untuk menemukan munasabah ini, yaitu:

- 
- a. Harus diperhatikan tujuan pembahasan suatu surat yang menjadi objek pencarian.
 - b. Memperhatikan uraian ayat-ayat yang sesuai dengan tujuan yang dibahas dalam surat.
 - c. Menentukan tingkatan-tingkatan uraian itu, apakah ada hubungannya atau tidak.
 - d. Dalam mengambil kesimpulan, hendaknya memperhatikan ungkapan-ungkapan bahasanya dengan benar dan tidak berlebihan.¹⁰¹

Jadi munasabah merupakan hubungan antara surat atau ayat sebelum dan sesudahnya, guna untuk mengetahui relevansi atau hubungan antara surat atau ayat yang terdapat dalam Al-Qur'an.

1. Munasabah Surat

- a. Munasabah Surat al-Hujurat dengan surat sebelumnya (surat Al-Fath).

¹⁰⁰ Rosihon Anwar, *Ulum Al-Qur'an*, (Bandung: Pustaka Setia, 2015), h. 83.

¹⁰¹ *Ibid*, 98.

Pada surat al-Fath, menerangkan tentang peristiwa-peristiwa yang berhubungan dengan perdamaian hudaibiyyah dan berbicara tentang kemenangan Nabi Muhammad SAW. menghadapi orang-orang kafir, baik melalui kekuatan senjata maupun dengan argumen yang akurat serta budi pekerti yang luhur. Surat ini juga ditutup dengan menerangkan sifat-sifat Rasulullah dan para sahabatnya.¹⁰² Kemudian surat al-Hujurat disebutkan perintah mengadakan perdamaian antara dua golongan dari kaum muslimin yang bersengketa, dan perintah memerangi kaum Muslimin yang berbuat aniaya kepada kaum Muslimin yang lain sampai dapat terpelihara persatuan dan kesatuan diantara kaum Muslimin.¹⁰³

b. Munasabah surat Al-Hujurat dengan surat sesudahnya (surat Qaaf)

Pada surat al-Hujurat menerangkan tentang akhlak yang baik yang berhubungan dengan sikap orang mukmin terhadap Allah, Nabi Muhammad, sesama saudara seagaman, sopan santun dalam pergaulan dan pergaulan antar bangsa. Surat ini juga menerangkan bagaimana sikap orang-orang mukmin dalam menerima berita dari orang-orang fasik. Kemudian surat ini ditutup dengan menerangkan hakikat keimanan dan keutamaan amal orang-orang mukmin.¹⁰⁴ Sedangkan surat Qaaf menerangkan

¹⁰² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, (Jakarta: Lentera Abadi, 2010), h. 392.

¹⁰³ *Ibid*, h. 393.

¹⁰⁴ *Ibid*, h. 425.

tentang pembinasaan umat-umat terdahulu yang mendustakan rasul-rasul dan mengemukakan hal-hal yang berhubungan dengan kebangkitan, surga, dan neraka.¹⁰⁵

2. Munasabah Ayat

Munasabah surat al-Hujurat ayat 14-15 dengan ayat sebelumnya. Dalam ayat sebelumnya menjelaskan bahwa:

1. Pada ayat 1, Allah SWT. menjelaskan tentang ketetapan suatu hukum atau persoalan duniawi yang menyangkut diri kamu maupun masyarakat kamu. Jangan pula menetapkan sesuatu sebelum atau bertentangan dengan ketetapan-Nya, maksudnya, ayat tersebut melarang para sahabat Nabi SAW. untuk melangkah mendahului Allah dan Rasul-Nya, jangan menetapkan hukum, jangan berucap sesuatu sebelum ada petunjuk dari Allah dan Rasul-Nya, dan bertakwalah kepada Allah dan Rasul-Nya. dengan melaksanakan perintahnya dan menjauhi larangannya.¹⁰⁶
2. Setelah ayat lalu menjelaskan tentang prinsip terhadap orang beriman yang menyangkut sikap kepada Allah dan Rasul-Nya, ayat ke-2 menjelaskan tentang pengagungan terhadap Rasul SAW. yaitu, tata krama berbicara terhadap beliau. Allah SWT. mengajarkan orang-orang beriman bahwa, janganlah kamu mengeraskan suara kamu diatas yakni melebihi suara Nabi Muhammad SAW. dan jangan juga kamu memperjelas kepadanya

¹⁰⁵ *Ibid*, h. 426.

¹⁰⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 226-227.

suara dari ucapan kamu pada saat beliau diam sebagaimana jelasnya suara kamu terhadap yang lain. Ini Allah perintahkan supaya tidak terhapus nilai atau pahala amal baik kamu, sedangkan kamu tidak menyaari keterhapusannya itu.¹⁰⁷

3. Setelah ayat lalu menjelaskan tentang bersuara lemah lembut kepada Nabi Muhammd SAW., ayat ke-3 menjelaskan dampak positif yang dapat diraih oleh mereka yang memperhatikan dan mengindahkan tuntunan ayat yang lalu. Sesungguhnya orang yang merendahkan suaranya dihadapan Rasulullah didorong oleh motivasi penghormatan dan mengagungan terhadap beliau, mereka itulah yang sungguh tinggi kedudukannya, yakni dibersihkan menjadi takwa sehingga ia memiliki potensi yang sangat besar untuk terhindar dari segala macam bencana duniawi dan ukhrawi.¹⁰⁸

4. Setelah ayat lalu menguraikan dampak positif yang diraih oleh mereka yang merendahkan suranya dihadapan Nabi Muhammad SAW., selanjutnya ayat 4 dan 5, menjelaskan bahwa Allah SWT. mengecam mereka yang mengeraskan suara dihadapan Nabi. Sungguh orang yang memanggil Rasulullah dari luar kamar, mereka tidak mengerti etika dan tata krama penghormatan. Jika mereka sabar menanti maka penantian itu baik atau lebih baik dari mereka. Tetapi mereka tidak bersabar, sehingga mereka tidak

¹⁰⁷ *Ibid*, h. 229.

¹⁰⁸ *Ibid*, h. 232.

memperoleh yang baik atau yang lebih baik. Namun demikian Allah tidak menyiksa mereka, sungguh Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.¹⁰⁹

5. Setelah ayat lalu menjelaskan tata krama terhadap Rasulullah, selanjutnya ayat ke-6 menjelaskan, bagaimana bersikap terhadap sesama manusia, yang utama adalah bersikap terhadap orang fasik.

Ayat diatas salah satu dasar yang ditetapkan oleh agama dalam kehidupan sosial sekaligus tuntunan yang logis bagi penerimaan suatu berita. Karena itu pula berita harus disaring, jangan sampai seseorang melangkah dengan tidak jelas. Karena ayat ini turun ditengah masyarakat muslim yang cukup bersih, sehingga semua penyampaian berita harus diselidiki kebenarannya.¹¹⁰

6. Ayat lalu memerintahkan kaum beriman untuk meneliti kebenaran berita, salah satu cara untuk hal tersebut adalah merujuk kepada sumber yang mempunyai wewenang atau dapat dipercaya, yaitu Rasulullah, maka ayat ke 7 dan 8 memerintahkan kaum muslimin untuk menghormati dan percaya terhadap Rasulullah dengan sepenuh hati, karena beliau mendapat bimbingan langsung dari Allah sehingga sudah pasti bimbingan itu mengantarkan kepada kebahagiaan dan menyimpang darinya menyebabkan kesulitan bahkan kebinasaan. Sehingga yang dijadikan cinta kepada orang-orang beriman hanya satu yaitu keimanan, sedang yang dijadikan

¹⁰⁹ *Ibid*, h. 234.

¹¹⁰ *Ibid*, h. 236.

benci kepadanya ada tiga yaitu, kekafiran, kefasikan dan kedurhakaan. Ini karena iman terdiri dari tiga unsur yang menyatu, yaitu membenaran dengan hati, ucapan dengan lidah dan pengamalan dengan perbuatan.¹¹¹

7. Setelah ayat sebelumnya menjelaskan bagaimana menghadapi berita yakni keharusan meneliti kebenarannya dan merujuk kepada sumber pertama guna mengetahuinya, ayat ke-9 berbicara tentang pertikaian antar kaum muslimin yang disebabkan oleh adanya isu yang tidak jelas. Dalam konteks hubungan antar manusia, maka nilai itu tercermin dalam keharmonisan hubungan. Jika hubungan antar dua pihak retak atau terganggu, maka terjadi kerusakan. Sehingga menuntut adanya *ishlah* atau perbaikan agar keharmonisan pulih.¹¹²

8. Setelah ayat yang lalu memerintahkan agar melakukan perdamaian antara dua kelompok orang beriman, kemudian ayat ke-10 menjelaskan perlunya *ishlah* ditegakkan, ayat tersebut mengisyaratkan dengan jelas bahwa persatuan dan kesatuan, serta hubungan harmonis antar anggota masyarakat kecil atau besar, akan melahirkan limpahan rahmat bagi mereka semua. Sebaliknya perpecahan dan keretakan hubungan mengundang lahirnya

¹¹¹ *Ibid*, h. 241.

¹¹² *Ibid*, h. 245.

bencana buat mereka, dan dapat melahirkan pertumpahan dara dan peperangan antar saudara.¹¹³

9. Setelah ayat yang lalu memerintahkan *ishlah* akibat pertikaian yang muncul, ayat ke-11 memberi petunjuk tentang beberapa hal yang harus dihindari untuk mencegah timbulnya pertikaian. Yakni, kelompok pria dilarang mengolok-olok pria yang lain, sebaliknya dengan kaum wanita, karena itu dapat menimbulkan pertikaian. Walau yang diolok-olok kaum yang lemah, bisa jadi ia lebih baik dari yang mengolok-olok. Ayat tersebut bagaikan menyatakan: seburuk-buruk sebutan adalah menyebut seseorang dengan sebutan yang mengandung makna kefasikan setelah ia disifati dengan sifat keimanan, karena iman bertentangan dengan kefasikan.¹¹⁴

10. Ayat ke-12 masih berkaitan dengan ayat sebelumnya, hanya saja disini hal-hal buruk yang sifatnya tersembunyi. Ayat disini menerangkan tentang larangan mengunjing atau membicarakan aib saudaranya sendiri, seperti halnya memakan daging saudaranya yang sudah meninggal tentulah itu sangat menjijikkan. Karena itu hindarilah pergunjangan dan bertakwalah kepada Allah SWT. sungguh Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang.¹¹⁵

11. Setelah ayat sebelumnya memberikan petunjuk tentang tata krama pergaulan sesama muslim, ayat ke-13 memberikan uraian tentang prinsip dasar hubungan antar manusia. Ayat disini tidak lagi

¹¹³ *Ibid*, h. 249.

¹¹⁴ *Ibid*, h. 250-252.

¹¹⁵ *Ibid*, h. 254.

menggunakan panggilan yang bertujuan untuk orang-orang beriman, tetapi kepada jenis manusia. Ayat disini menerangkan bahwa semua manusia derajatnya sama disisi Allah, tidak ada perbedaan antara satu suku dengan yang lainnya. Untuk itu berusaha untuk meningkatkan ketakwaan agar menjadi yang termulia disisi Allah.¹¹⁶

Setelah berkali-kali ayat yang lalu memanggil kaum muslimin dengan panggilan yang mesra, ayat yang lalupun berbicara siapa yang paling mulia disisi Allah yakni yang paling berkualitas takwanya. Ayat ke-14 disini menjelaskan hakikat iman dan siapa sebenarnya yang dinilai oleh Allah sebagai orang mukmin. Uraian ayat tersebut dikemukakan dalam konteks penjelasan terhadap serombongan orang arab Badui yang menduga diri mereka telah beriman. Kemudian Allah berfirman, kamu *belum beriman secara mantap*, sebab hati kamu belum sepenuhnya percaya, perbuatan kamu pun belum mencerminkan iman sesuai yang kamu katakan. Tetapi, *katakanlah kamu telah tunduk* ucapan itu yang seharusnya kamu katakan. Karena itu kamu tidak perlu menyampaikan keimanan kamu. Dan jika kamu benar beriman kepada Allah dan Rasul-Nya, maka Allah tidak mengurangi

¹¹⁶ *Ibid*, h. 260.

sedikitpun pahala dan amal perbuatan kamu. Sungguh Allah Maha Pengampun dan Pengasih.¹¹⁷

Setelah ayat 14 menjelaskan teguran terhadap orang arab Badui yang mengaku beriman sedangkan keimanan mereka belum mantap, ayat ke-15 menjelaskan hakikat keimanan yang sesungguhnya. Yaitu, yang sempurna imannya meyakini semua sifat Allah dan menyaksikan kebenaran Rasul dalam segala apa saja yang disampaikan, hati mereka tidak disentuh oleh ragu walau mengalami aneka ujian. Mereka juga membuktikan kebenaran iman mereka melalui jihad dalam ucapan dan perbuatan mereka.¹¹⁸

Munasabah surat al-Hujurat ayat 14-15 dengan ayat sesudahnya. Dalam ayat sesudahnya menjelaskan bahwa:

1. Ayat yang lalu menjelaskan tentang orang Badui bahwa mereka telah mencapai peringkat mukmin sempurna, padahal tidak demikian dan ayat selanjutnya menjelaskan hakikat iman yang sesungguhnya. Kemudian ayat ke-16 menerangkan kepada orang arab Badui yang telah mengaku beriman itu bahwa, hakikat tingkat kualitas iman tidak perlu kamu sampaikan karena Allah mengetahui yang ada di langit dan yang demikian luas dan bumi dengan aneka penghuninya. Allah Maha Mengetahui segala sesuatu baik yang telah disebut maupun selainnya.

¹¹⁷ *Ibid*, h. 265-266.

¹¹⁸ *Ibid*, h. 267.

2. Ayat ke-17 Allah SWT. menerangkan bahwa manfaat keislaman itu bukan kepada-Ku tetapi kepada diri kamu sendiri, dan menganugerahkan kamu kemampuan menuju keimanan jika memang kamu orang-orang yang benar. Sesungguhnya Allah mengetahui yang gaib di langit dan di bumi.¹¹⁹
3. Selanjutnya akhir surat ini ayat ke-18, ditutup dengan pernyataan bahwa Allah Maha Mengetahui dan Maha Melihat. Ini merupakan peringatan yang cukup jelas agar kamu tidak berjalan mendahului Allah dan Rasul-Nya sebagaimana dipesankan oleh ayat pertama. Gabungan surat ini menyimpulkan bahwa jangan kamu mendahului Allah dan Rasul-Nya, karena Allah Maha Melihat dengan apa yang kamu kerjakan. Jika amal kamu baik dia akan memberi ganjaran dan jika sebaliknya Allah dapat menjatuhkan sanksi atas kamu.¹²⁰

C. Pandangan Mufassir Terhadap Surat Al-Hujurat ayat 14-15

1. Tafsir surat al-Hujurat ayat 14-15 dalam terjemah tafsir Fi Zhilalil Qur'an

Menurut Sayyid Quthb dalam kitabnya "*Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*" telah dijelaskan sebagai berikut:

¹¹⁹ *Ibid*, 268.

¹²⁰ *Ibid*, h.269.

﴿ قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَامَنَّا ۖ قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا
وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيْمَنُ فِي قُلُوبِكُمْ ۖ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا
يَلِتْكُمْ مِّنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا ۚ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾

Ayat ini berkenaan dengan orang Badui dari bani Asad. Pada awal mereka masuk Islam, mereka berkata, “Kami beriman.” Mereka juga memberikan harapan kepada Rasulullah. Mereka berkata, “Kami telah masuk Islam. Orang-orang Badui memerangimu, padahal kami tidak memerangimu.”

Allah hendak memberi tahu mereka akan hakikat perkara yang ada dalam dirinya saat mereka melontarkan pernyataan itu. Allah menjelaskan bahwa mereka masuk Islam karena kalah, dan Islamnya itu belum sampai kekalbunya hingga mencapai martabat keimanan. Meskipun begitu, karunia Allah menghendaki untuk membalas setiap amal saleh yang mereka lakukan tanpa dikurangi sedikit pun.

Hal itu karena Allah lebih dekat dengan ampunan dan rahmat. Maka, maka diterimalah hamba mulai dari langkah pertama, diridhai pula ketaatan dan kepasrahannya, hingga kalbunya merasakan keimanan dan ketentraman.¹²¹

¹²¹ Sayyid Quthb, *Tafsir Fii Zhilalil Qur'an*, Terjemahan As'ad Yasin, et. Al. (Jakarta: Gema Insani, 2003), h. 423.

Kemudian Allah menjelaskan hakekat keimanan kepada mereka:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا
وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ
الصَّادِقُونَ ﴿١٥﴾

Iman berarti membenarkannya kalbu terhadap Allah dan Rasul-Nya, membenarkan yang tidak ada bercampur dengan keraguan dan kebimbangan, membenarkan yang menentramkan, kokoh, sempurna, dan tidak menimbulkan kegelisahan, membenarkan yang dapat mendorong seseorang berjihad dengan harta dan nyawanya di jalan Allah. Jika kalbu telah merasakan lezatnya keimanan dan kegandrungan kepadanya serta telah mengakar, niscaya akan mendorong untuk mewujudkan kebenaran itu diluar kalbu. Yakni, dalam aneka praktik persoalan dan dalam realitas kehidupan.¹²²

Dengan demikian dalam tafsir ini yang dimaksud dengan keimanan yang benar adalah iman yang sempurna dan kokoh yang dapat mendorong seseorang berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwanya. Iman yang dapat menentramkan hatinya dan tidak ada lagi kegelisahan didalam hatinya. Niscaya akan dapat mendorong seseorang mewujudkan kebenaran didalam kalbunya dalam praktik realitas kehidupannya.

¹²² Ibid, h. 424.

2. Tafsir surat al-Hujurat ayat 14-15 dalam terjemah tafsir Al-Maraghi

Menurut Ahmad Mustafa Al-Maraghi dalam kitabnya “*Tafsir Al-Maraghi*” telah dijelaskan sebagai berikut:

﴿ قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَامَنَّا ۖ قُلْ لَّمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا
وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ ۖ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا
يَلِتْكُمْ مِّنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا ۚ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾

Orang-orang Badui berkata: Kami telah membenarkan Allah dan Rasul-Nya dan kami beriman kepada-Nya. Namun, Allah membantah mereka dengan mendustakan mereka, sekalipun mereka menyatakan seperti itu.¹²³

Katakanlah kepada mereka: sesungguhnya iman adalah membenarkan yang disertai dengan ketenteraman hati dan kepercayaan penuh kepada Allah.

Ucapkanlah olehmu: kami telah tunduk, itu saja. Karena iman belum masuk kedalam hatimu. Karena belum ada kesesuaian dalam hati dengan yang diucapkan oleh lidah, sementara syari’at agama dan adabnya belum berpengaruh pada amal dan perbuatanmu. Jiwamu juga belum berbentuk dengan syari’at-syari’at dan adab-adab tersebut.

Dan jika kamu menaati Allah dan Rasul-nya dan memurnikan amal untuk Allah dan kamu meninggalkan kemunafikan, maka Allah S.W.T. takkan mengurangi pahalamu sedikit pun. Sesungguhnya

¹²³ Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, Terjemahan Anshori Umar Sitanggal (Semarang: cv Tohaputra, 1989), h. 244.

Allah maha menutupi kekeliruan-kekeliruan dan maha pengampun atas kekeliruan dari orang yang mau bertaubat dan kembali kepada Tuhannya dengan ikhlas.¹²⁴

Selanjutnya Allah S.W.T. menerangkan hakikat iman dengan firman-Nya:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللّٰهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا
وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللّٰهِ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ
الصّٰدِقُونَ ﴿١٥﴾

Sesungguhnya orang-orang yang beriman dengan iman yang sebenarnya adalah orang-orang yang membenarkan Allah dan Rasul-Nya, kemudian tidak ragu-ragu dan tidak goncang, bahkan mereka mantap pada satu sikap dan mau mengorbankan jiwa dan harta benda mereka yang paling mahal demi ketaatan kepada Allah dan mengharapkan Ridha-Nya. Mereka itulah orang-orang yang benar dalam mengatakan *Amanna* (kami beriman). Bukan seperti sebagian orang badui yang iman mereka hanyalah kata-kata yang lahir saja, sedang mereka masuk agama hanya karena takut terhadap pedang supaya darah dan harta mereka terpelihara.¹²⁵

Dalam penjelasan tafsir al-Maraghi keimanan seseorang yang sesungguhnya ialah membenarkannya Allah dan Rasulnya didalam

¹²⁴ *Ibid*, h. 245.

¹²⁵ *Ibid*, h. 246.

hati dan tidak ada lagi keraguan dan kegoncangan, mereka mantap dan mau mengorbankan jiwa dan harta bendanya sekalipun itu paling mahal demi ketaatannya terhadap Allah dan mengharapkan Ridha-Nya. Mereka beriman tidak seperti orang badui yang imannya hanya dilahirnya saja.

3. Tafsir surat al-Hujurat ayat 14-15 dalam terjemah tafsir Ibnu Katsir

Menurut Muhammad Nasib Ar-Rafa'i dalam kitabnya "*Tafsir Ibnu Katsir*" telah dijelaskan sebagai berikut:

﴿ قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَامَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا
وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا
يَلِتْكُمْ مِّنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾

Dari penjelasan ayat diatas bahwasannya Allah SWT mengingkari orang-orang Arab Badui yang telah mengklaim maqam keimanan didalam mereka, pada saat pertama kali mereka masuk Islam, yaitu pada saat keimanan belum memungkinkan tertanam didalam dirinya, bahkan hati mereka jauh dari keimanan itu.

“Orang-orang Arab Badui itu berkata, ‘kami telah beriman. ‘katakanlah, ‘kamu belum beriman, tetapi katakanlah ‘kami telah tunduk.’ Hal itu dikatakan kepada mereka adalah untuk memberikan pengarahan, karena iman itu belum masuk kedalam hatimu. Dan jika

kamu taat kepada Allah dan Rasul-Nya, Dia tiada akan mengurangi sedikitpun amalanmu.¹²⁶

Firman Allah SWT selanjutnya:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللّٰهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا
وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللّٰهِ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ
الصّٰدِقُونَ ﴿١٥﴾

Sesungguhnya orang yang benar beriman, “yaitu yang sempurna di dalam keimanan mereka, “hanyalah orang-orang yang beriman kepada Allah dan Rasul-Nya, kemudian mereka tidak ragu-ragu, “yaitu tidak bimbang dan tidak goyah, bahkan mereka kokoh di atas satu posisi, yaitu keimanan yang tulen. “Dan mereka berjihad dengan harta dan jiwa mereka pada jalan Allah, “yaitu mereka menumpahkan darah dan harta kekayaan mereka yang bernilai di dalam mentaati Allah dan mencari kerelaan-Nya. “Mereka itulah orang-orang yang benar. “Bila mereka mengatakan bahwa dirinya adalah orang-orang beriman, perkataannya itu tidak seperti perkataan orang-orang Badui yang tidak mempunyai keimanan kecuali hanya sebatas ucapan.¹²⁷

Dengan demikian dalam tafsir ini orang yang benar beriman adalah mereka yang berjihad di jalan Allah membenarkan segenap jiwa

¹²⁶ Muhammad Nasib Ar-Rifa'i, *Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir*, Terjemahan Syihabuddin, (Jakarta: Gema Insani, 2000), h. 441.

¹²⁷ *Ibid*, h. 442.

dan raganya demi mentaati perintah Allah SWT., mereka beriman kokoh dengan satu posisi yang tulen dan tidak bisa digoyahkan oleh hal apapun.

4. Tafsir surat al-Hujurat ayat 14-15 dalam terjemah tafsir Al-Mishbah

Menurut M. Quraish Shihab dalam kitabnya *“Tafsir Al-Mishbah”* telah dijelaskan sebagai berikut:

﴿ قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَامَنَّا ۖ قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا
وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيْمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ ۖ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا
يَلِتْكُمْ مِّنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا ۚ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾

Ayat diatas menjelaskan hakikat iman dan siapa sebenarnya yang dinilai oleh Allah sebagai orang mukmin. Uraian ini dikemukakan dalam konteks penjelasan terhadap serombongan orang Badui yang menduga diri mereka telah beriman dengan benar. Allah berfirman:

Orang arab Badui berkata dengan lisan mereka kepadamu wahai Nabi Muhammad: *“Kami telah beriman.”* Katakanlah kepada mereka: *“Kamu belum beriman* secara mantap, sebab hati kamu belum sepenuhnya percaya, perbuatan kamu pun belum mencerminkan iman sesuai apa yang kamu katakan. Tetapi hai orang-orang Badui katakanlah, *Kami telah tunduk* kepadamu yakni

menampakkan ketundukan kami kepadamu. karena iman belum masuk tertancap ke dalam hatimu.

Dan jika kamu benar-benar taat kepada Allah dan Rasul-Nya, yakni ikhlas dalam kepatuhan serta sesuai keadaan batin kamu dengan ucapan dan perbuatan lahiriah kamu, maka Allah tidak akan mengurangi sedikitpun pahala amal-amal perbuatan kamu. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun terhadap hamba-hambanya yang bertaubat, lagi Maha Penyayang terhadap hamba-hambanya yang taat.¹²⁸



إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا
وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ
الصَّادِقُونَ ﴿١٥﴾

Ayat sebelumnya menjelaskan tentang teguran orang-orang Badui yang mengaku beriman padahal keimanan mereka belum mantap. Sedangkan ayat diatas menjelaskan bahwa siapa yang benar-benar sempurna imannya. Allah berfirman: Sesungguhnya orang-orang mukmin yang sempurna imannya hanyalah orang-orang yang beriman kepada Allah menyakini semua sifat-sifat-Nya dan menyaksikan kebenaran Rasul-Nya dalam segala apa yang disampaikan kemudian walau berlanjut masa yang berkepanjangan, hati mereka tidak disentuh oleh ragu walau mereka

¹²⁸ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 265-266.

mengalami aneka ujian dan bencana dan di samping sifat batiniah itu mereka juga membuktikan kebenaran iman mereka melalui berjihad yakni berjuang membela kebenaran dengan mengorbankan harta dan jiwa mereka pada jalan Allah, mereka itulah orang-orang yang benar dalam ucapan dan perbuatan mereka.¹²⁹

Dengan demikian dalam tafsir ini seseorang yang benar beriman yaitu beriman kepada Allah meyakini semua sifatnya menyaksikan semua kebenaran Rasul, hati mereka tidak ada keraguan sedikitpun walau banyak ujian yang dihadapinya, mereka juga membuktikan kebenaran iman dengan berjihad, mengorbankan harta dan jiwanya di jalan Allah.

5. Tafsir surat al-Hujurat ayat 14-15 Menurut Hamka

Menurut Hamka kitabnya "*Tafsir Al-Azhar*" telah dijelaskan sebagai berikut:

﴿ قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَامَنَّا ۖ قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا
وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ ۖ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا
يَلِتْكُمْ مِّنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا ۚ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾

Ayat diatas menjelaskan, janganlah orang Badui terburu-buru mengakui diri telah beriman, cukuplah akui saja diri terlebih dahulu telah Islam. Dan di dalam pengakuan itu, hendaklah benar-benar

¹²⁹ Ibid, h. 267

dilakukan taat kepada Allah dan Rasul dengan menjalankan perintahnya, menghentikan larangannya Sesungguhnya Allah maha pengampun dan penyayang atas kelancangan mulut telah mengaku beriman kepada-Nya.¹³⁰

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللّٰهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا
وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللّٰهِ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ
الصّٰدِقُونَ ﴿١٥﴾

Dalam ayat ini, Allah menerangkan hakikat iman yang sebenarnya. Sesungguhnya orang-orang yang beriman itu hanyalah orang-orang yang beriman kepada Allah dan Rasul-Nya, kemudian itu mereka pun tidak merasa ragu. Dan mereka berjuang dengan harta benda mereka sendiri pada jalan Allah, dalam perjuangan itulah mereka merasakan kepuasan batin dan keindahan hidup. Mereka tidak mau berdiam, karena berdiam bukanlah tugas bagi orang yang hidup. Mereka itulah orang-orang yang jujur.¹³¹

Dengan demikian dalam tafsir ini, yang dimaksud dengan iman adalah mereka bersungguh-sungguh beriman kepada Allah dan Rasulnya, tanpa ragu sedikitpun. Mereka tidak mau berdiam diri karena berdiam diri bukanlah tugasnya. Mereka jujur, selalu berjuang dengan harta benda mereka sehingga mereka merasakan kepuasan batin dan hidup bahagia.

¹³⁰ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, (Surabaya: 1984), h. 250-251.

¹³¹ *Ibid*, h. 252.

Setelah penulis menguraikan konsep keimanan dari beberapa sumber tafsir, maka penulis lebih condong kepada pandangan Sayid Qutb dalam kitabnya tafsir "*Fii Zilalil Qur'an*" yang menyatakan bahwa ciri-ciri orang yang beriman dalam surat al-Hujurat ayat 14-15 terhadap kesehatan mental, adalah:

1. Tidak bimbang dan hatinya lapang.

Iman ialah membenarkan kalbu terhadap Allah dan Rasul-Nya, beriman yang tidak ada lagi keraguan, kebimbangan, dan kegelisahan. jika seseorang sudah benar-benar merasakan iman yang sesungguhnya maka permasalahan dalam hidupnya tidak menjadikan dirinya merasa bimbang, dan segala permasalahan dalam hidupnya dapat mereka selesaikan dengan hati yang tenang dan lapang.

2. Berani berjihad

Seseorang yang beriman senantiasa menolong agama Allah yaitu mereka berani untuk berjihad di jalan Allah dengan harta dan jiwa mereka. Maksudnya orang-orang beriman diseru untuk menolong, membantu atau bahkan melindungi agama Allah SWT, yakni Islam, dan menolong Rasul-Nya yang dititahkan mengemban misi menyebarkan ajaran-Nya. Orang beriman memiliki semangat juang yang tinggi dalam berjihad, ketenangan batin selalu menghiasi jiwa mereka dan kepercayaan diri mereka selalu besar.

3. Konsisten kepada Allah dan Rasul-Nya

Dalam mentaati Allah dan Rasul-Nya, tidak merusak amalannya dengan dosa besar, mereka berkata baik, tidak merasa gelisah, jujur dan berani karena benar, bertanggungjawab bila diberi amanah dan tidak berkhianat dalam menjalankan tugas-tugas yang diberikannya.

D. Analisis Surat al-Hujurat Ayat 14-15

Surat al-Hujurat terdiri dari 18 ayat, surat al-Hujurat termasuk dalam golongan surat Madaniyyah yang turun sesudah Nabi SAW. berhijrah, diturunkan sesudah surat al-Fath dan sebelum surat Qaf. Nama “al-Hujurat” diambil dari kata al-Hujurat yang terdapat dalam surat ini yang artinya “Kamar-kamar” yakni kamar tempat kediaman Rasulullah SAW., menurut riwayat surat ini turun pada tahun IX hijrah. Tujuan utamanya berkaitan dengan sekian banyak persoalan tata krama juga menjadi sebab nuzul surat ini. Tata krama terhadap Allah, terhadap Rasul, terhadap sesama muslim yang taat dan juga yang durhaka serta terhadap sesama muslim.¹³² Adapun pokok-pokok isinya adalah sebagai berikut:

1. Tata krama terhadap Rasulullah SAW.
2. Peraturan-peraturan tentang pergaulan umat Islam.
3. Bagaimana menghadapi berita yang dibawa oleh orang fasik.
4. Cara menyelesaikan persengketaan yang timbul antara kaum muslimin.

¹³² M. Quraish Shihab, *Op.Cit*, h. 223.

5. Larangan mengolok-olok, banyak prasangka dll.
6. Manusia diciptakan berbagai bangsa untuk saling mengenal.
7. Ciri-ciri iman yang sebenarnya.¹³³

Dari uraian tentang surat al-Hujurat diatas penulis menganalisa ayat 14-15 sebagai berikut:

Dalam surat al-Hujurat ayat 14, menjelaskan tentang pengakuan orang arab Badui yang terburu-buru mengaku bahwa dirinya telah masuk Islam dan mengatakan mereka sudah beriman dengan sempurna, sedangkan iman mereka belum masuk kedalam hatinya dan perbuatan merekaupun belum mencerminkan hamba yang benar imannya, mereka masuk Islam karena kalah dari peperangan. Kemudian ayat 15 menjelaskan secara rinci ciri-ciri orang yang benar-benar beriman kepada Allah SWT dan Rasul-Nya, yaitu mereka yang dengan mantap dan sempurna berserah diri hanya kepada Allah dan berjihad dengan harta dan jiwa mereka dalam membela agama Allah, yaitu agama Islam.

¹³³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Karim Tafsir Perkata Tajwid Kode Arab*, (Jakarta: 10 oktober, 2012), h. 515-517.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemahaman dari surat al-Hujurat ayat 14-15 yang telah diuraikan pada bab IV maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Keimanan adalah suatu proses kejiwaan seseorang yang tercakup didalamnya fungsi jiwa, perasaan dan pikirannya sama-sama meyakinkan. Keimanan dapat mendorong seseorang dalam membentuk pribadi yang baik sesuai syari'at Islam, adanya realisasinya dalam sikap tindakan. Orang yang benar-benar beriman mampu dan ikhlas dalam menerima segala tantangan hidup.
2. Dengan keimanan yang sempurna manusia dapat mengubah pola pikir manusia dalam menghadapi kegagalan yang terjadi dalam hidup. Jika hidup seseorang hanya disibukkan dengan dunia, pasti sisi ruhani nya menjadi resah, gelisah, kesedihan yang berlarut-larut, mudah putus asa dan tidak menemukan ketenangan dalam hidupnya. Dalam hal menghindai kekalutan mental, ajaran Islam jelas menemukan tempat yang tepat. Cara yang dapat ditempuh oleh seseorang dalam mengusahakan mental yang sehat adalah dengan menjalankan segala fungsi-fungsi jiwanya dalam diri dengan semestinya sehingga dapat membantu mencapai hidup yang tenang, seimbang dan tenteram sesuai ajaran Agama Islam.

B. Saran

Berdasarkan keseluruhan pembahasan skripsi ini, maka penulis akan memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Kepada para peneliti Bimbingan dan Konseling Islam, perlu kiranya melakukan penggalian lebih dalam mengenai konsep keimanan dalam surat al-Hujurat ayat 14-15 dan implementasinya terhadap kesehatan mental sesuai dengan ajaran Islam.
2. Kepada praktisi Bimbingan dan Konseling Islam perlu memperhatikan bimbingan yang telah dilakukan selama ini apakah efektif atau belum, dan untuk tidak segan mengambil metode dalam Islam sebagai salah satu metode bimbingan mental.
3. Para mahasiswa fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi khususnya Bimbingan dan Konseling Islam, agar mereka mengkaji secara kritis gagasan-gagasan yang ditawarkan oleh para ahli konseling Islam untuk kemudian dilakukan pengembangan-pengembangan agar menjadi teori yang relevan dan sesuai dengan kebutuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Syaikh, *Tafsir Al-Qur'an*, Terjemahan Muhammad Iqbal et. al. Jakarta: Darul Haq, 2016.
- Al Aziz, Moh Saifulloh, *Cahaya Penerang Hati*, Surabaya: Terbit Terang, 2004.
- Al-Ghazali, Muhammad, *Akhlaq Seorang Muslim*, Semarang: Wicaksana, 1995.
- Al-Maraghi, Ahmad Mustafa, *Tafsir Al-Maraghi*, Terjemahan Anshori Umar Sitanggal, Semarang: cv Tohaputra, 1989.
- Anwar, Rosihon, *Ulum Al-Qur'an*, Bandung: Pustaka Setia, 2015.
- Bahresi, Hussein, *Al, Jami'us Shahih: Hadits Shahih Bukhari – Muslim*, Surabaya: Karya Utama.
- Baidan, Nasrudin, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*, Yogyakarta: Puataka Belajar, 1998.
- Burhanuddin, Yusak, *Kesehatan Mental*, Bandung: CV Pustaka Setia, 1999.
- Darajat, Zakiah, *Kesehatan Mental*, Jakarta: PT. Toko Gunung Agung, 1995.
- _____, *Islam dan Kesehatan Mental*, Jakarta: PT. Gunung Agung, 1996.
- El-Shulthani, Mawardi Labay, *Iman Pengaman Dunia*, Jakarta: Al Mawardi Prima, 2000.
- Fahmi, Umar, *Kesehatan Masyarakat Teori Dan Aplikasi*, Jakarta: Rajawali Pers, 2013.
- Ghazali, Bahri, *Kesehatan Mental I*, Bandar Lampung, Harakindo Publising, 2016.
- _____, *Kesehatan Mental II*, Bandar Lampung, Harakindo Publising, 2018.
- Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Surabaya: 1984.
- Jalaluddin, Ramayulis, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Kalam Mulia, 1993.
- Kartono, Kartini, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, Bandung: Mandar Maju, 1989.

Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, Jakarta: Ikrar Mandiriabadi, 2010.

Madjrie, Abdurrahman, *Meluruskan Aqidah*, Jakarta: Khairul Bayaan, 2003.

Mahfud, Rois, *Al-Islam: Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Erlangga, 2011.

Mappiare, Andi, *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011.

Muhammad Nasib Ar-Rifa'i, *Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir*, Terjemahan Syihabuddin, (Jakarta: Gema Insani, 2000.

Marzuki, *Metodologi Riset*, Yogyakarta: BPEF-VII, Cet-4, 1997.

Mulyadi, *Islam dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Kalam Mulia, 2017.

Najati, Ustman *Belajar Eq dan Sq dari Sunah Nabi*, Bandung: Pustaka, 2002.

Narbuko, Cholid dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara, 2001.

Notosoedirdjo, Moeljono dan Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, Malang: UMM Press, 2014.

Quthb, Sayyid, *Petunjuk Jalan Yang Benar*, terjemahan Zakaria Adham Bandung: Husaini, 1987.

, *Tafsir Fii Zhilalil Qur'an*, Terjemahan As'ad Yasin, et. Al. Jakarta: Gema Insani, 2003.

Rahman, Taufik, *Tauhid Ilmu Kalam*, Bandung: Pustaka Setia, 2013.

Ramayulis, *Psikologi Agama*, Jakarta: Kalam Mulia, 2002.

Rochman, Kholilur, *Kesehatan Mental*, Purwokerto, STAIN Press, 2010.

Rousydiy, Lathief, *Agama Dalam Kehidupan Manusia*, Jakarta: Rimbaw, 1986.

Sabiq, Sayid, *Aqidah Islam: Pola Hidup Manusia Beriman*, Bandung: c.v Diponegoro, 1978.

Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al-Misbah*, Jakarta: lentera Hati, 2002.

Sholeh, Moh., *Agama Sebagai Terapi*, Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005.

Siswanto, *Kesehatan Mental*, Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2007.

Sundari, Siti, *Kesehatan Mental*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005.

Syamsul, Bambang, *Psikologi Agama*, Bandung: Pustaka Setia, 2008.

Syukur, Amin, *Pengantar Studi Islam*, Yogyakarta: Lembaga Studi Agama Pembangunan, 1996.

Zakaria, Imam Abu *Riadus Shalihin*, terjemahan Salim Bahreisy, Surabaya: Lentera Hati, 2002.

Zed, Mestika, *Metode Penelitian Kepustakaan*, Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004.

Jurnal

Al-Faruq, M. Shoffa Saifillah, *Keimanan Sebagai Landasan Pendidikan*, *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 2 No. 1, September 2016.

Ibrahim, Malik, *Corak dan pendekatan tafsir Al-Qur'an*, *Jurnal Sosio-Religia*, Vol. 9 No. 3, Mei 2010.

Hakim, Lukmanul, dan Pipin Armita, *Munasabah Ayat Dalam Surat An-Naba (Analisis Metodologi Penafsiran Abdullah Darraz Dalam Kitab An-Nabau Al-Azhim Nazharatun Jadidatun Fi Al-Qur'an)*, *Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 41 No. 2, Desember 2017.

Salmiawati, *Pendidikan Keimanan Dan Ketaqwaan Bagi Anak-Anak*, *Jurnal Tarbiyah al Awlad*, Vol. 4 No.1, April 2014.

Shadiq, *Pengukuran Keimanan: Perspekti Psikologi*, *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 8 No. 1, April 2014.

Sumber On-line

Update –Makalah. [Blogspot.com/home/kesehatan mental/ psikologi agama](https://www.blogspot.com/home/kesehatan-mental/psikologi-agama).